SANTÉ & BIEN-ÊTRE

Feng Shui

Habitat et Harmonie

- Aménagez vos espaces de vie
- Mesurez l'énergie de votre maison
- Neutralisez rapidement les nuisances

INCLUS : un Pa Kua sur papier calque

G. Sator



VIGOT

Au sujet de ce livre

Pratiqué avec passion et succès en Asie depuis des millénaires, l'art du Feng Shui nous est enfin accessible aujourd'hui. Les principes du Feng Shui ont été adaptés aux mœurs occidentales, de façon à ce que toutes les mesures et tous les accessoires conseillés soient en harmonie avec notre culture. Utiliser le Feng Shui est désormais un jeu d'enfant :

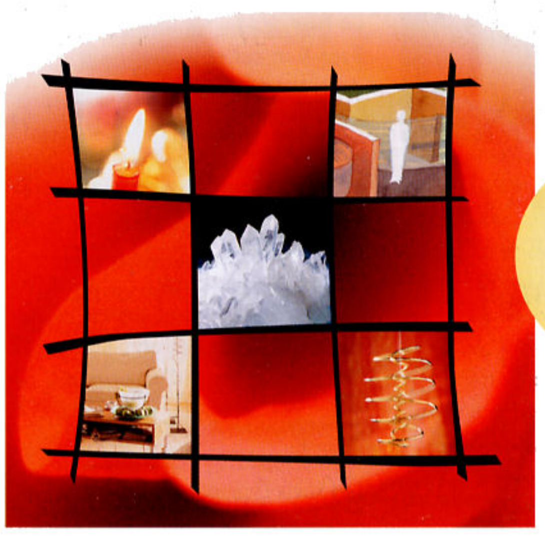
- À l'aide d'un questionnaire, analysez votre situation actuelle et identifiez les aspects de votre vie et de votre habitat que vous souhaitez améliorer.
- Pas à pas, entreprenez de petites transformations dans votre maison et votre jardin ; appliquez également vos nouvelles connaissances sur votre lieu de travail. Très vite, vous sentirez combien des mesures même minimes peuvent apporter de bienfaits.
- Utilisez les nombreux conseils et trucs évoqués pour améliorer votre santé, avoir plus de chance et rencontrer davantage de succès, ou tout simplement pour rendre votre demeure plus agréable.
- Si vous souhaitez faire construire ou acquérir une maison ou un appartement, appuyez-vous sur les enseignements éprouvés du Feng Shui — vous vous sentirez bien chez vous, pour longtemps.

Au sujet de l'auteur

Ingénieur en construction mécanique à l'origine, Günther Sator s'est reconverti en suivant une formation de conseiller en mode de vie et société, ainsi que de formateur en communication et en management. Il a été le premier conseiller européen en Feng Shui et s'est efforcé, très tôt, d'adapter cette discipline afin qu'elle puisse être pratiquée par les Occidentaux. À l'heure actuelle, il travaille comme conseiller auprès de banques et de petites et moyennes entreprises, organise des séminaires et intervient en tant que formateur au sein d'un institut de formation international.

Günther Sator

LE FENG SHUI
Habitat et Harmonie



INCLUS : un Pa Kua sur papier calque

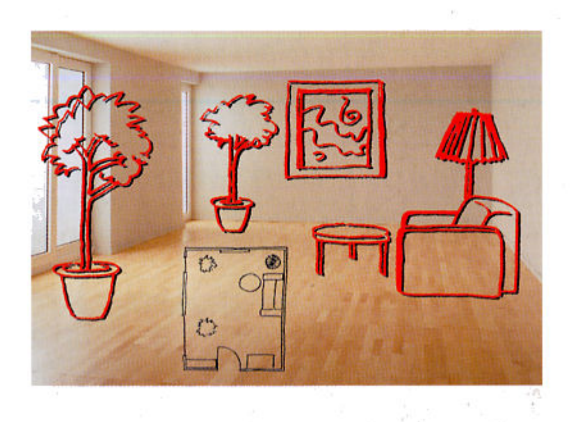
- Aménagez vos espaces de vie
- Mesurez l'énergie de votre maison
- Neutralisez rapidement les nuisances

VIGOT

Santé & Bien-être

Sommaire





Remerciements

Par quel hasard heureux, quelle intervention de la providence, ai-je renoncé à mon métier technique pour me consacrer exclusivement à l'art du Feng Shui ? Je ne le saurai sans doute jamais, mais toute ma gratitude va à ce que je ne saurais appeler qu'une « conscience supérieure », car je ne peux expliquer autrement les nombreux présents que la vie m'apporte chaque jour.
Le Feng Shui m'a ouvert les yeux à de nombreux égards, si bien que je considère comme autant de sources d'enseignement tout ce qui m'arrive et toutes les personnes que je rencontre — environnement, événements, parents, professeurs, clients, élèves, amis, ou encore personnes qui ne partagent pas mon point de vue.
Je suis profondément convaincu que chacun de nous est un miroir pour les autres. Si nous l'admettons et si nous avons le courage d'en tirer parti, nous sommes déjà au cœur de la pratique du Feng Shui.

Précision importante

Cet ouvrage présente une forme du Feng Shui chinois qui a été adaptée à la culture occidentale. Il donne des indications destinées à vous permettre d'influer sur votre vie de façon positive en faisant de votre habitat, grâce à des modifications simples de votre maison et de votre jardin, un lieu de régénération, de calme et de force.
Le Feng Shui n'est pas une méthode de traitement des maux physiques ou psychiques. L'objectif de toutes les mesures du Feng Shui est de contribuer au bien-être général et, par conséquent, à la santé et à la chance.
Aucune des situations de vie décrites dans le présent ouvrage ne mène nécessairement à un destin particulier, car en dépit de circonstances extérieures défavorables ou des meilleures mesures d'amélioration, en fin de compte, chacun reste libre de ses choix et conserve son libre arbitre.

Avant-propos

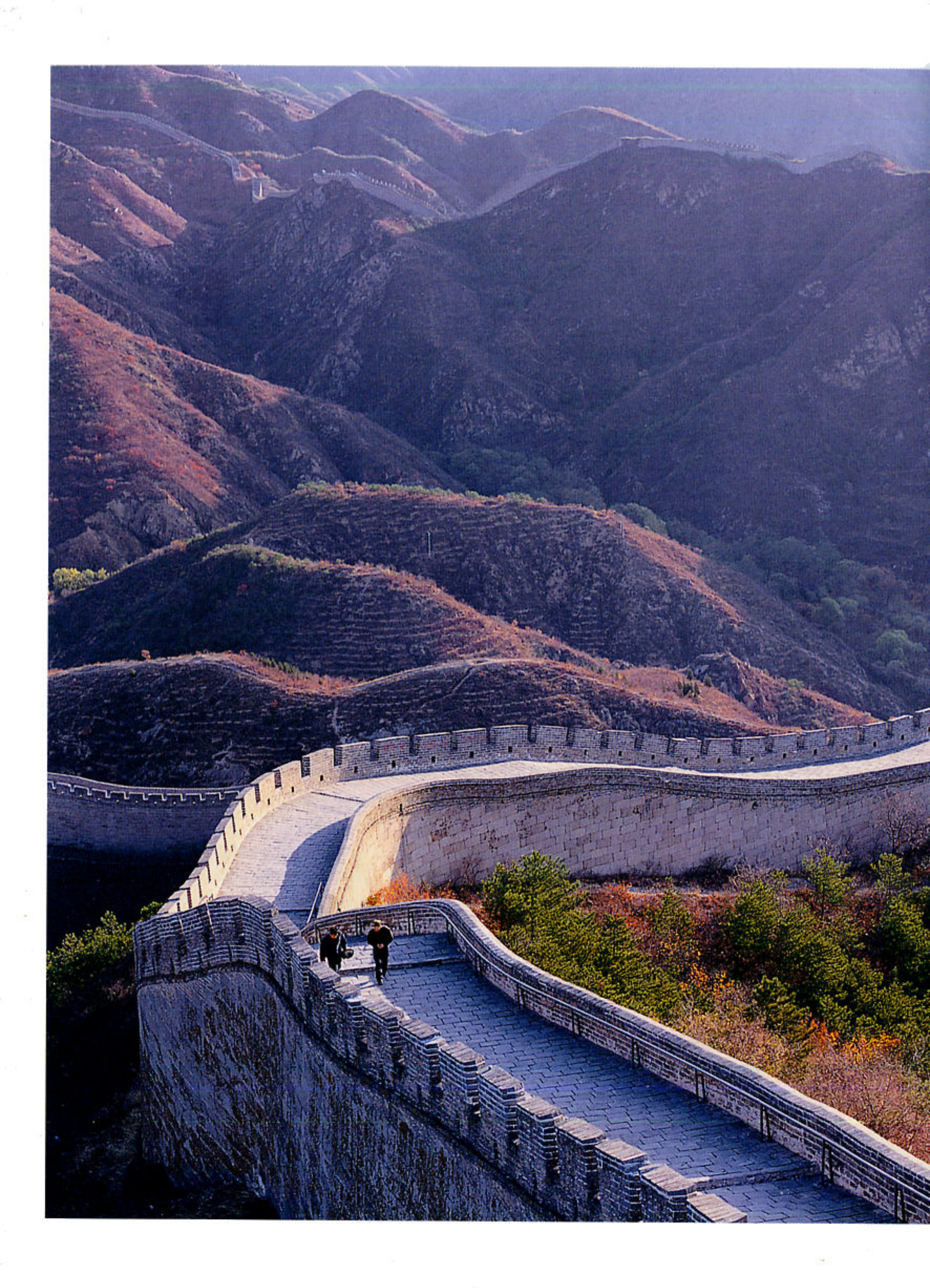
Tout est lié. Rien n'existe de façon isolée, tout — choses, êtres vivants, pensées, sentiments — est lié au reste. C'est sur cette constatation très ancienne que repose le Feng Shui. Les liens avec tout ce qui nous entoure sont même extrêmement forts. L'environnement exerce une grande influence sur la façon dont nous allons. Inversement, notre environnement, dans une certaine mesure, exprime également notre état intérieur. Santé ou maladie, succès ou échec, et même chance ou malchance dans les relations humaines se reflètent donc dans notre appartement, notre maison ou notre bureau — et peuvent, par conséquent, être influencés indirectement.

Le présent ouvrage vous montre comment prendre votre destin en main en aménageant votre espace de vie de façon consciente. L'objectif est de faire de votre habitat un lieu de régénération et de joie, où vous vous sentirez parfaitement bien et où vous pourrez chaque jour reprendre des forces pour vivre heureux et en bonne santé.

- Les premières pages vous présentent l'essentiel sur les origines et la diffusion des enseignements du Feng Shui.
- Très vite, la deuxième partie passe à la pratique : vous apprenez à analyser la façon dont vous vivez actuellement, à identifier les aspects que vous souhaitez modifier et à utiliser des accessoires capables d'agir sur les différents domaines de votre vie.
- Vous trouverez enfin plus de 100 conseils pour modifier votre cadre de vie — du jardin au salon, en passant par le plus obscur des débarras — de façon à ce qu'aucun élément de votre environnement ne continue à faire obstacle à votre bien-être et votre bonheur…

Dans ma pratique de conseiller en Feng Shui et d'animateur de séminaires, je m'attache particulièrement à transmettre le Feng Shui de façon à ce que cette discipline chinoise séculaire perde son aura de superstition et s'intègre à notre culture occidentale— je recommande donc des accessoires et des mesures qui correspondent à nos habitudes de vie. C'est ainsi, et ainsi seulement, que le Feng Shui, cet art de vivre en harmonie avec l'environnement, pourra faire partie intégrante de notre pensée et de notre vie quotidienne. Je vous souhaite beaucoup de joie et de succès !

Günther Sator





Habitat et harmonie

Depuis des millénaires, les Chinois réalisent des constructions et les aménagent d'après les règles du Feng Shui — la Grande Muraille de Chine elle-même en est un exemple. Le fait que les principes de cette discipline très ancienne soient toujours valables aujourd'hui peut sembler étonnant — mais la sagesse qui sous-tend chacune des mesures du Feng Shui est intemporelle et universelle. Ce n'est pas un hasard si de plus en plus d'Occidentaux se mettent au Feng Shui et obtiennent des résultats impressionnants.

Qu'est-ce que le Feng Shui ?

Bonheur et santé grâce à un habitat bien pensé

Le Feng Shui nous enseigne comment atteindre bonheur et santé en choisissant et en aménageant judicieusement notre lieu de vie. Il décrit les liens entre l'homme et la nature, explique pourquoi certains lieux sont plus aptes à être habités que d'autres et conseille des moyens susceptibles de nous permettre d'agir sur notre environnement. Il s'agit d'une discipline chinoise ancestrale, aussi vieille que l'humanité elle-même, qui s'appuie sur toutes les connaissances accumulées au fil des siècles par nos prédécesseurs.

Un savoir très ancien

« Vent et eau »

La traduction littérale du terme *Feng Shui* est « vent et eau ». Les premières références à ce concept datent de plusieurs milliers d'années — la première mention du terme « vent et eau » remonterait à 5 000 à 6 000 ans.

Pour comprendre le concept, il faut se placer du point de vue des hommes de cette époque. Le Feng Shui décrivant combien l'homme est marqué par les influences extérieures de son environnement, deux des principales manifestations de la nature ont été symboliquement retenues : *le vent*, messager divin dont le souffle léger apporte les nuages, sources de bénédiction et de fertilité, et *l'eau*, qui vient des nuages. Cependant, le choix de ce nom exprime aussi et surtout que tout ce qui nous entoure, dans le monde visible et invisible, cache des sources d'énergie. Enfin, le vent comme l'eau sont des manifestations naturelles extrêmement puissantes, parfois difficiles à maîtriser ; il fallait donc s'assurer leurs faveurs. Tel était le rôle du Feng Shui.

Se concilier les bonnes grâces de la nature

Cette discipline est née en Asie, et la Chine est considérée comme son berceau. Enseigné et pratiqué par les prêtres, le Feng Shui était tellement ancré dans le quotidien qu'il allait de soi.

Les Empereurs des diverses dynasties chinoises firent même construire d'immenses tombeaux d'après les règles du Feng Shui, afin d'exercer une influence positive sur le destin de leur descendance — ils croyaient, en effet, que le destin dépendait du bien-être des ancêtres dans l'au-delà.



La connaissance des lois de la nature n'apparaît pas uniquement chez les Chinois : elle est aussi vieille que l'histoire de l'humanité. Le site de Stonehenge, en Angleterre, qui date de l'âge de pierre, en est une illustration frappante

Des principes que l'on retrouve dans tous les grands monuments chinois

Les architectes de tous les grands monuments chinois, comme la Cité interdite, à Pékin, ou la Grande Muraille de Chine, ont scrupuleusement respecté les critères du Feng Shui.

C'est ainsi que des connaissances inestimables tirées de l'expérience se sont accumulées pendant des millénaires et ont été conservées jusqu'à nos jours. La révolution culturelle des années soixante et soixante-dix a cependant marqué une rupture, le recours au Feng Shui étant strictement interdit pendant cette période, car ce système « dépassé et fondé sur la superstition » était jugé incompatible avec un État moderne. Il est intéressant de savoir que Mao Tsé Toung, qui était à l'origine de la prohibition du Feng Shui, fut tout au long de sa vie un spécialiste enthousiaste de cet art, qu'il pratiqua secrètement.

Du fait de l'interdiction, beaucoup de Chinois ont perdu l'accès à ce savoir ancien. Toutefois, la tradition a survécu grâce aux maîtres de Feng Shui qui avaient fui à l'étranger. Le Feng Shui est encore couramment pratiqué de nos jours à Hong Kong et à Singapour, d'où il conquiert le reste du monde à pas de géant.

Un savoir universel

Tous les peuples pratiquent la géomancie depuis la nuit des temps

Nombre des enseignements du Feng Shui étaient également connus dans d'autres régions du monde. Tous les peuples, toutes les cultures d'avant l'invention de l'écriture connaissaient les lois de la circulation de l'énergie dans la nature et en tenaient compte. Ce savoir relève de ce que l'on appelle la « géomancie ». Dans une certaine mesure, le Feng Shui est aussi une forme de géomancie. Les peuples primitifs étaient tout aussi sensibles à ses principes que les grands architectes égyptiens et grecs de l'Antiquité ; même chez nous, en Europe, la conscience de l'importance du milieu était très profonde — il suffit pour s'en convaincre de penser aux Celtes ou aux Germains, qui choisissaient des sites particuliers pour leurs constructions et leurs cérémonies. Plus près de nous, on trouve les « compagnons » et les confréries, qui ont utilisé leurs connaissances pour bâtir des églises, des cathédrales, des cloîtres et des châteaux forts ou non — autant de sièges de domination et de pouvoir. Les nombreuses informations dont ils disposaient au sujet de l'influence des lieux, des matériaux de construction, des proportions, des points cardinaux, du plan, du mobilier, de l'art et des couleurs étaient cependant réservées au cercle très fermé des membres de ces sociétés. Le simple citoyen n'avait aucun accès à ce savoir et devait se contenter de suivre les traditions en usage au sein de la paysannerie ou de la bourgeoisie. Les dictons paysans, les connaissances sur les phases de la lune, etc., sont autant de témoignages encore vivaces de ces traditions. À la différence des Chinois, les simples mortels de nos contrées ne disposaient donc que de possibilités très réduites et, aujourd'hui encore, n'ont quasiment aucun accès à ces informations. Cela explique que nous nous soyons tournés vers les enseignements apportés par d'autres cultures — dans cette quête, l'Occident a découvert le Feng Shui chinois.

En Europe, un savoir réservé aux initiés

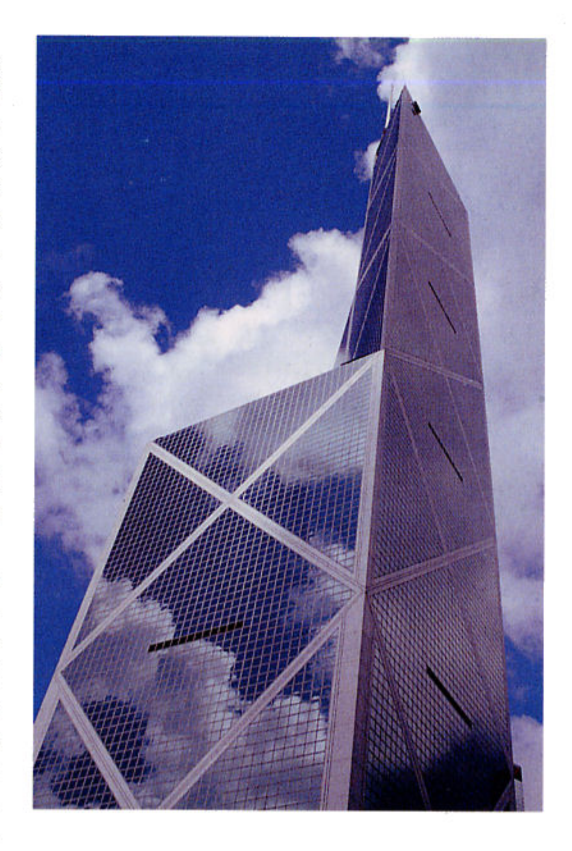
Un succès mondial

Les différents courants asiatiques

Depuis quelques années, le Feng Shui connaît une forte diffusion en Occident. Si le Japon, la Corée, les Philippines, l'Inde et la Malaisie ont leur propre version du Feng Shui, la vague du Feng Shui chinois déferle maintenant sur les États-Unis, le Canada, l'Australie et surtout sur l'Europe. À Londres et dans les pays germanophones tout particulièrement, on peut parler d'un véritable « boom ».

En Occident, les grands groupes internationaux ont été les premiers à recourir au Feng Shui

Dans le monde occidental, les premiers à recourir au Feng Shui ont été les grands groupes internationaux, les assurances et les banques. Cependant, en règle générale, ils l'ont fait avec la plus grande discrétion, afin de s'assurer une certaine avance vis-à-vis de la concurrence et de ne pas s'attirer la réputation de recourir à des méthodes « peu rationnelles ». Toutes ces entreprises voulaient améliorer l'atmosphère de travail au sein de leurs bâtiments et ainsi tirer profit, au sens propre, des conseils du Feng Shui.



À Hong Kong, de nombreux bâtiments modernes sont construits d'après les principes du Feng Shui, comme ici la Banque de Chine.

L'objectif : améliorer les performances des employés

L'idée est simple : lorsque l'environnement est « bon », les employés comme les clients le ressentent. Un environnement peu harmonieux et stressant crée des tensions et des problèmes de santé. En revanche, dans les endroits où l'on se sent bien, les relations humaines sont meilleures, la motivation et donc les performances augmentent, et l'absentéisme recule.

Aussi certaines entreprises pionnières vont-elles déjà jusqu'à utiliser le Feng Shui pour améliorer la qualité de vie des logements privés de leurs employés. En effet, des employés heureux et en bonne santé sont le meilleur potentiel dont puisse disposer une entreprise.

■ La philosophie du Feng Shui consiste à tirer le meilleur parti possible de toutes les situations. En effet, de la même façon que nous n'utilisons que de 7 à 10 % des possibilités de notre cerveau, les ressources de nos foyers et de nos bureaux sont loin d'être pleinement exploitées. L'objectif du Feng Shui est d'utiliser ce potentiel laissé en friche. Les moyens nécessaires pour atteindre ce but sont souvent très simples et ne nécessitent la plupart du temps que des investissements minimes.

Faut-il se contenter de reproduire la culture chinoise ?

Adapter le Feng Shui à nos besoins

Les principes du Feng Shui peuvent tout à fait être repris par les Occidentaux. Cependant, dans la pratique, il importe d'adapter le Feng Shui à nos besoins. Même si nous vivons à l'heure de la mondialisation et de l'internet, nous ne devons pas oublier que notre culture et notre vision du monde sont très différentes de celles qui prévalent en Asie. De nombreux traits propres à la culture chinoise ne peuvent être simplement reproduits tels quels par les Occidentaux.

Éventails et flûtes en bambou n'ont rien d'indispensable

Cela se produit malheureusement trop souvent, avec pour conséquence que les gens s'entourent d'objets qui ne leur correspondent pas, qui produisent un sentiment de malaise et d'étrangeté et, par conséquent, ne sont pas des outils appropriés pour améliorer leur vie. Pour pratiquer le Feng Shui, vous pouvez renoncer complètement aux accessoires chinois traditionnels. Notre culture nous offre suffisamment de moyens capables d'exercer une influence positive sur notre vie et notre santé.

Comment l'habitat influe-t-il sur le bien-être ?

L'âme, l'esprit, le corps et l'environnement forment un tout

La conscience de l'existence d'interactions entre l'âme, l'esprit, le corps et l'environnement est au moins aussi ancienne que l'art du Feng Shui. L'harmonie de l'environnement, la santé de l'âme, de l'esprit et du corps, la qualité des relations avec autrui, les moments de bonheur, le succès — tous ces aspects sont étroitement liés, car tout est lié (cf. p. 26). Notre mode et notre lieu de vie ont donc une influence beaucoup plus importante sur notre bien-être et, par conséquent, notre vie tout entière que nous ne le pensons habituellement — il serait dommage que les grandes entreprises soient les seules à le savoir et à en tirer profit…

Notre foyer, lorsque nous nous y sentons protégés, lorsqu'il dégage quelque chose de positif et d'accueillant, peut devenir un lieu de détente, où nous puisons chaque jour énergie nouvelle et joie de vivre — conditions indispensables au bien-être.

De plus en plus de gens se sentent insatisfaits et vulnérables dans leurs maisons « design » et leurs « appartements modèles ». Le Feng Shui nous apprend à prêter de nouveau attention à nos véritables besoins. Nous devons donc aménager nos intérieurs de façon à ce qu'une impression

de sécurité, de force et de bonheur s'en dégage et à pouvoir y créer, selon nos besoins, des ambiances joyeuses, tendres ou érotiques.

Comment vous sentez-vous dans votre logis ?

Essayez maintenant de calculer combien de temps vous passez chaque jour dans votre maison. Combien de temps passez-vous à vous irriter de tel ou tel détail, comme le désordre, l'horrible papier peint de l'entrée, le bourdonnement du ventilateur dans les toilettes, ou encore le vacarme du chantier voisin ? Même si cela ne fait que cinq minutes au total, sur une année, cela représente plus de trente heures pendant lesquelles vous ne faites que vous énerver… Soyez attentif même aux petites choses, aux détails secondaires en apparence, car malgré leur insignifiance, ils exercent une grande influence. Inversement, quels sont les objets ou les couleurs de votre logis que vous avez toujours plaisir à regarder ; dans quelle pièce vous sentez-vous bien à peine entré ?

Enfin, êtes-vous véritablement satisfait de votre vie ? Voudriez-vous améliorer certains domaines — où en êtes-vous du point de vue de l'amour, de la créativité, des amis, de l'argent ?

Ce que peut le Feng Shui

Pratiquer le Feng Shui consiste à apporter certaines modifications à votre habitat afin d'améliorer l'atmosphère, de faire de votre lieu de vie une source d'énergie et de bien-être, et d'agir sur certains domaines précis de votre vie. Ces modifications vous permettront d'exprimer vos goûts et vos besoins personnels et d'aménager votre environnement en fonction de votre personnalité.

Trouver le logis idéal

Enfin, si la façon dont vous vivez actuellement vous semble insatisfaisante, aménager votre logis actuel de façon optimale vous permettra de faire le plein d'énergie et ainsi de mettre toutes les chances de votre côté pour trouver rapidement un nouveau logement, adapté à cette fois à vos attentes.

Que voulez-vous changer ?

Pour pouvoir utiliser les multiples possibilités du Feng Shui, vous devez avant tout faire le point sur la façon dont vous vivez actuellement. L'avenir, en effet, se construit à partir du présent. Identifiez vos motifs d'insatisfaction et ce que vous souhaitez changer. Comme le dit le proverbe, « seul le bateau qui connaît le port retrouve le chemin de la maison ».

Dans quel domaine aimeriez-vous avoir plus d'énergie ?

Comment allez-vous ?

Entrez dans l'aventure du Feng Shui en répondant aux questions suivantes aussi honnêtement que possible. Vous saurez ainsi quels sont les domaines de votre vie qui pourraient présenter davantage de vitalité, de richesse ou d'harmonie.

	Oui !	**Sans plus**	**Non**
1. Carrière, avenir, métier			
Vous sentez-vous sur la bonne voie ?	☐	☐	☐
Aimez-vous votre métier ?	☐	☐	☐
Êtes-vous aussi reconnu que vous le méritez ?	☐	☐	☐
Avez-vous plaisir à faire ce que vous faites ?	☐	☐	☐
2. Relations humaines			
Vivez-vous une relation de couple harmonieuse ?	☐	☐	☐
Vous entendez-vous bien avec vos collègues ?	☐	☐	☐
Avez-vous le contact facile ?	☐	☐	☐
Avez-vous un/une amie de confiance ?	☐	☐	☐
3. Famille, parents, supérieurs hiérarchiques			
Avez/aviez-vous de bonnes relations avec vos parents ?	☐	☐	☐
Vos grands-parents sont/étaient-ils importants pour vous ?	☐	☐	☐
Pensez-vous que votre chef est génial ?	☐	☐	☐
Gardez-vous de l'estime pour certains de vos professeurs ?	☐	☐	☐
4. Bonheur, chance, richesse			
Vous sentez-vous parfois heureux « sans raison » ?	☐	☐	☐
Vos besoins sont-ils satisfaits comme par enchantement ?	☐	☐	☐
Gagnez-vous facilement de l'argent ?	☐	☐	☐
Avez-vous une bonne estime de vous-même ?	☐	☐	☐
5. Santé, paix intérieure, stabilité			
Vous sentez-vous globalement en bonne santé ?	☐	☐	☐
Menez-vous une vie très stable et très équilibrée ?	☐	☐	☐
Gardez-vous toujours votre calme, même dans les périodes de stress ?	☐	☐	☐

6. Amis secourables, aide

Trouvez-vous de l'aide dans les périodes de crise ?	☐	☐	☐
Pensez-vous que vous êtes vous-même secourable ?	☐	☐	☐
Êtes-vous généreux ?	☐	☐	☐
Aidez-vous d'autres personnes, soutenez-vous des projets ?	☐	☐	☐

7. Enfants, créativité, joie, monde des sens

Vous êtes père ou mère, et vous diriez que vos relations avec vos enfants sont plutôt harmonieuses dans l'ensemble ?	☐	☐	☐
Vous n'êtes pas parent, mais les enfants se sentent bien chez vous	☐	☐	☐
Diriez-vous que vous êtes quelqu'un de créatif ?	☐	☐	☐
Avez-vous facilement de nouvelles idées ?	☐	☐	☐
Vous accordez-vous régulièrement du temps pour jouir des belles choses de la vie ?	☐	☐	☐

Grâce au Feng Shui, vous pouvez agir sur ces domaines de votre vie et les renforcer

8. Connaissances, monde de l'esprit

Apprenez-vous facilement de nouvelles choses ?	☐	☐	☐
Vous fiez-vous à votre intuition ?	☐	☐	☐
Existe-t-il, selon vous, une « puissance supérieure » ?	☐	☐	☐
Vous accordez-vous parfois des moments de calme pour réfléchir ?	☐	☐	☐

9. Réputation, reconnaissance, image

Les autres vous respectent-ils ?	☐	☐	☐
L'opinion d'autrui vous laisse-t-elle indifférent ?	☐	☐	☐
Utilisez-vous la vie pour développer chaque jour votre personnalité ?	☐	☐	☐
Votre vie est-elle gratifiante ?	☐	☐	☐

► Dans quels domaines avez-vous coché un nombre particulièrement élevé de « non » ou de « sans plus » ? Classez-les par ordre de priorité : lequel de ces neuf domaines faudrait-il améliorer immédiatement ; quel est l'aspect qui vient en deuxième position ; quel est le domaine qui occupe la troisième place ? Enfin, quel est votre objectif principal ?

À titre d'exemple, voici ce que pourrait écrire Marie, 32 ans, employée, récemment séparée d'un compagnon avec qui elle a vécu de nombreuses années :

Vous retrouverez ces neuf domaines de votre vie sur le Pa Kua (voir calque en fin d'ouvrage)

« À l'heure actuelle, les aspects les plus importants de ma vie sont les suivants :
- Parents : j'aimerais enfin me réconcilier avec eux.
- Relations humaines : je suis prête à débuter une nouvelle relation et je souhaite fonder un couple harmonieux.
- Créativité : je vais enfin me remettre à la peinture. J'ai aussi de nouvelles idées à soumettre à mon chef. »

Les zones numérotées de 1 à 9 correspondent aux neuf secteurs du « Pa Kua » (cf. p. 38) : chaque division d'un appartement ou d'une maison renvoie à un domaine particulier de la vie, si bien que Marie doit maintenant identifier les zones correspondant respectivement aux parents (« famille »), aux « relations humaines » et à la créativité (« enfants ») et agir sur ces secteurs (cf. p. 41 et suivantes).

Comment vivez-vous actuellement ?

Maintenant que vous avez fait toute la lumière à l'intérieur de vous-même, sur vos souhaits les plus intimes, cette visite de votre appartement devrait vous aider à analyser votre environnement extérieur.

Combien d'énergie votre environnement vous apporte-t-il ?

	Oui	**Non**
Les environs		
Votre environnement est-il troublé par des nuisances telles qu'usines bruyantes ou rues très fréquentées ?	☐	☐
Un obstacle bouche-t-il la vue devant la maison ?	☐	☐
La maison semble-t-elle vulnérable du fait de l'absence de bâtiments voisins, d'arbres ou de montagnes à l'arrière ou sur les côtés ?	☐	☐
Jardins ou espaces verts font-ils défaut autour de la maison ?	☐	☐
Êtes-vous privé d'une vue directe sur un plan ou un cours d'eau propre, comme un lac, un fleuve ou un étang ?	☐	☐
La maison est-elle située au fond d'une impasse, ou une rue débouche-t-elle directement sur elle ?	☐	☐
La maison et le chemin d'accès		
Votre maison est-elle difficile à trouver pour un visiteur ?	☐	☐
Le garage est-il très visible ?	☐	☐
Le chemin d'accès est-il trop étroit ou trop sombre ? La porte du jardin s'ouvre-t-elle difficilement ou l'interphone est-il en panne ?	☐	☐

La vue est-elle cachée par des arbres, et ceux-ci vont-ils jusqu'à assombrir l'intérieur de la maison ? ☐ ☐
L'édifice donne-t-il une impression générale d'abandon ? ☐ ☐
Le plan de la maison présente-t-il des déséquilibres ou des parties très saillantes ? ☐ ☐

Le seuil de l'appartement ou de la maison

Colonnes, murs ou arbres plongent-ils l'entrée dans l'ombre ? ☐ ☐
La porte d'entrée manque-t-elle de cachet, est-elle dissimulée ou encore mal éclairée ? ☐ ☐
Est-il difficile de savoir quelle porte est l'entrée principale ? ☐ ☐
La porte s'ouvre-t-elle vers l'extérieur, de sorte que vous devez faire un pas en arrière pour pouvoir entrer ? ☐ ☐
Les arêtes de la maison voisine ou d'autres éléments aigus sont-ils pointés vers votre maison ? ☐ ☐
Si vous avez une entrée, donne-t-elle l'impression d'être un ajout froid et peu accueillant au reste de la maison ? ☐ ☐

Votre entrée est-elle accueillante ?

Le vestibule

La première chose que vous voyez en rentrant chez vous est-elle un mur ou un ensemble de patères surchargées de vêtements ? ☐ ☐
Le vestibule est-il sombre et peu accueillant ? ☐ ☐
De l'entrée, avez-vous vue directement sur la porte des toilettes ou sur le débarras ? ☐ ☐
La porte d'entrée s'ouvre-t-elle sur un escalier ? ☐ ☐
En rentrant chez vous, avez-vous vue directement sur un jardin situé derrière la maison ou sur la porte de derrière ? ☐ ☐
La pièce qui, de l'entrée, attire le plus l'attention est-elle la chambre à coucher, la cuisine ou le bureau ? ☐ ☐

La chambre à coucher

La chambre à coucher est-elle à proximité de la porte d'entrée ? ☐ ☐
La salle de bains ou les toilettes communiquent-elles avec la chambre ? ☐ ☐
Le lit se trouve-t-il entre la porte de la chambre et la fenêtre ? ☐ ☐
La pièce contient-elle de grands miroirs qui reflètent les dormeurs ? ☐ ☐
Le lit est-il placé sous de lourdes lampes ou des poutres ? ☐ ☐

Vous réveillez-vous frais et dispos le matin ?

	Oui	Non
La tête du lit se trouve-t-elle sous des étagères chargées de livres ?	☐	☐
La cuisine		
La personne qui cuisine tourne-t-elle le dos à la porte ?	☐	☐
La cuisinière est-elle placée sous une hotte ou sous une poutre ?	☐	☐
La cuisinière est-elle placée dans un coin ?	☐	☐
La cuisinière se trouve-t-elle à côté de l'évier ou du réfrigérateur ?	☐	☐
La cuisine est-elle mal aérée ?	☐	☐
La salle à manger		
Y a-t-il une grande distance entre la salle à manger et la cuisine ?	☐	☐
De nombreux objets chargés d'histoire ou encombrants décorent-ils la pièce ?	☐	☐
Le plateau de la table de la salle à manger est-il vitré ?	☐	☐
La table présente-t-elle une fente, comme certaines tables à rallonge ?	☐	☐
Les angles de la table sont-ils en biseau ?	☐	☐
Le salon		
La pièce est-elle très vaste et aménagée de façon ouverte ?	☐	☐
Fauteuils et canapés occupent-ils le milieu de la pièce ?	☐	☐
La fenêtre se trouve-t-elle juste en face de la porte ?	☐	☐
La famille ne se retrouve-t-elle que rarement au salon ?	☐	☐
Y a-t-il dans cette pièce une cheminée rarement utilisée ?	☐	☐
La véranda		
Vous sentez-vous parfois vulnérable dans votre véranda ?	☐	☐
Est-il difficile, voire impossible de fermer ou d'occulter les surfaces vitrées si vous en éprouvez le besoin ?	☐	☐
La pièce devrait-elle accueillir davantage de plantes ?	☐	☐
La véranda est-elle très en saillie par rapport au reste de la maison ?	☐	☐
La chambre d'enfant		
Votre enfant dort-il près de la porte ou entre la porte et la fenêtre ?	☐	☐
Le bureau est-il placé de telle façon que l'enfant apprend ses leçons en tournant le dos à la porte ?	☐	☐

Vos meubles sont-ils disposés de façon à ce que l'énergie puisse circuler librement ?

L'endroit que votre enfant préfère pour apprendre ses leçons est-il son lit ou la table de la cuisine ? ☐ ☐
Votre enfant continue-t-il, bien qu'il n'en ait plus l'âge, à venir régulièrement vous voir dans votre lit ? ☐ ☐

Salle de bains et toilettes
La porte de la salle de bains reste-t-elle souvent ouverte ? ☐ ☐
Votre salle de bains ou vos toilettes sont-elles dépourvues de fenêtre ? ☐ ☐
Vous êtes-vous déjà irrité du manque de lumière dans la salle de bains ? ☐ ☐
Aimeriez-vous avoir un miroir plus grand ? ☐ ☐
Le couvercle de la lunette des toilettes reste-t-il souvent relevé ? ☐ ☐

Votre énergie s'en va-t-elle « à vau-l'eau » ?

Bureau
La pièce est-elle envahie par les dossiers et les livres ? ☐ ☐
La porte est-elle invisible lorsque vous êtes assis à votre bureau ? ☐ ☐
Êtes-vous assis juste devant une fenêtre par laquelle vous pouvez voir à l'extérieur ou juste en face d'un mur ? ☐ ☐
Votre table de travail est-elle très encombrée et avez-vous du mal à la ranger ? ☐ ☐

Débarras
Le débarras est-il mal éclairé ? ☐ ☐
La pièce est-elle envahie par toutes sortes d'objets inutiles ? ☐ ☐

Des zones d'encombrement ?

Grenier et cave
Avez-vous beaucoup de vieilleries au grenier ou à la cave ? ☐ ☐
Avez-vous du mal à vous séparer de ces objets parce que vous pensez qu'ils pourront toujours servir un jour ? ☐ ☐

► Plus vous avez répondu « oui », plus les aspects de votre cadre de vie susceptibles d'être améliorés sont nombreux.
Les principes du Feng Shui sont très clairs et très simples. Les explications et conseils nécessaires vous seront donnés pas à pas, si bien que lorsque vous aurez achevé la lecture de ce livre, vous saurez exactement quelles modifications vous souhaitez apporter.
Je vous souhaite beaucoup de plaisir dans ce voyage au pays du Feng Shui…

Rapprochez-vous de vos objectifs pas à pas





Sagesse et outils du Feng Shui

C'est parti : dessinez schématiquement le plan de votre appartement, sur lequel vous indiquerez la position de tous vos meubles, et complétez-le, le cas échéant, d'un plan de votre jardin faisant apparaître les parterres et les principales plantes. Munissez-vous également du Pa Kua sur papier calque figurant en fin d'ouvrage, de feuilles de papier et d'un crayon. Ainsi, vous pourrez immédiatement prendre note des domaines qui posent problème dans votre maison et des modifications que vous souhaitez apporter.

Le « Chi » ou l'énergie vitale

La force qui anime tout

Le Feng Shui part du principe que tout ce qui nous entoure est énergie. Ce concept ne désigne pas tant l'électricité qui sort de nos prises de courant qu'une force universelle qui anime le monde et dont les centres de recherche nucléaire les plus modernes s'efforcent d'élucider l'origine et la nature. Cette énergie était autrefois appelée *Prana* en Inde, *Ki* au Japon et *Chi* (prononcé « tchi ») en Chine.
Cette substance subtile, qui compose le cosmos tout entier, circule également en nous. Lorsque nous respirons, lorsque nous mangeons, nous absorbons du Chi en mouvement. Le développement de notre âme et de notre esprit est également dirigé par ce courant d'énergie universel. Toutes les substances fondamentales, toutes les matières « mortes » et tous les corps vivants sont guidés par cette force.

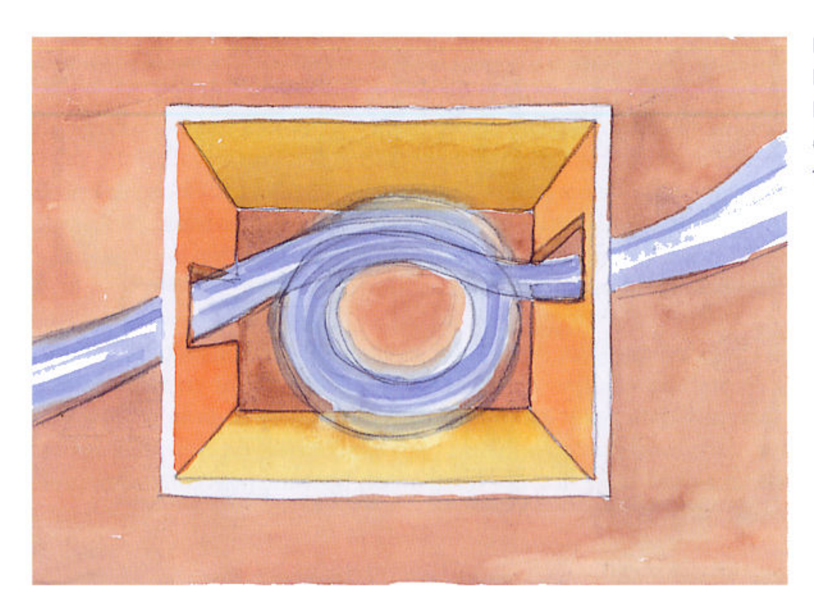
Faire circuler l'énergie de façon optimale

■ Le Feng Shui permet de faire circuler l'énergie vitale invisible qu'est le Chi de façon optimale, en nous comme à l'extérieur de nous. Or, une bonne circulation de l'énergie va de pair avec des pensées et des sentiments positifs, qui peuvent exercer une influence directe sur notre santé ; de même, améliorer la circulation du Chi dans notre environnement (dans notre maison ou sur le terrain sur lequel celle-ci est bâtie) peut nous permettre d'influer sur notre destinée et notre bien-être au sens large.

L'énergie doit circuler

Le principe du mouvement naturel

La nature ne connaît que des mouvements courbes. Tout ruisseau naturel serpente à travers le paysage, et même nous, êtres humains, n'allons jamais d'un point A à un point B en suivant une parfaite ligne droite. Les tracés parfaits nous semblent même plus fatigants que les formes douces et ondulantes. Observez-vous lors de votre prochaine promenade dominicale sur la pelouse d'un parc. Voyez comme vous vous y déplacez avec aisance, en décrivant des courbes, alors que la voie commerçante du centre ville, pourtant dépourvue d'obstacles en apparence, vous semble par comparaison épuisante.



Lorsqu'il circule librement, le Chi ondule doucement à travers la pièce

En partant de ce principe, tous les déplacements à l'intérieur de votre maison doivent pouvoir se faire de façon douce et fluide. L'emplacement des pièces et des meubles doit à la fois satisfaire vos besoins et alimenter chaque domaine en Chi de façon équilibrée.

Le Feng Shui ou l'acupuncture appliquée à l'espace

Lorsque l'énergie est bloquée, des problèmes apparaissent

Voici donc un des secrets du Feng Shui : la libre circulation du Chi et la bonne alimentation de tous les espaces habités en cette énergie vitale mènent à la santé, à la réussite et au bien-être. Les voies encombrées créent des blocages énergétiques qui sont à l'origine d'obstacles dans votre vie ou de maladies.

Les principes de la circulation et des blocages de l'énergie sont depuis longtemps reconnus par la médecine traditionnelle. L'acupuncture est même désormais officiellement reconnue par la médecine classique, bien que cette thérapeutique se base sur le principe de la circulation de flux d'énergie invisibles le long de « méridiens » situés dans le corps. Dans la médecine chinoise, ce terme désigne des voies conductrices d'énergie, qui affleurent à la surface de la peau et sont liées aux organes et aux différentes parties du corps. Si l'énergie vitale ne circule pas librement dans ces voies, du fait d'un mode de vie peu sain, par exemple, ou

d'un environnement pathogène, cela se traduit par des maux physiques et psychiques.
Les méridiens présentent des centaines de points qui permettent au médecin acupuncteur d'entrer en contact avec la partie malade du corps. En piquant un de ces points à l'aide d'une aiguille extrêmement fine, il envoie une impulsion de guérison à l'organe correspondant ; l'obstacle qui bloquait le méridien se dissout alors, la circulation de l'énergie se rétablit et la convalescence peut commencer.

Petits moyens, grands effets

■ Dans le Feng Shui, il existe des accessoires spécifiques (cf. p. 59) qui, à l'instar des aiguilles d'acupuncture, mettent le Chi en mouvement. Lorsque le bon point est stimulé correctement, en d'autres termes lorsqu'une transformation mineure, mais bien pensée, est entreprise au bon endroit dans votre maison, les résultats obtenus peuvent être impressionnants.

Et dans votre maison ?

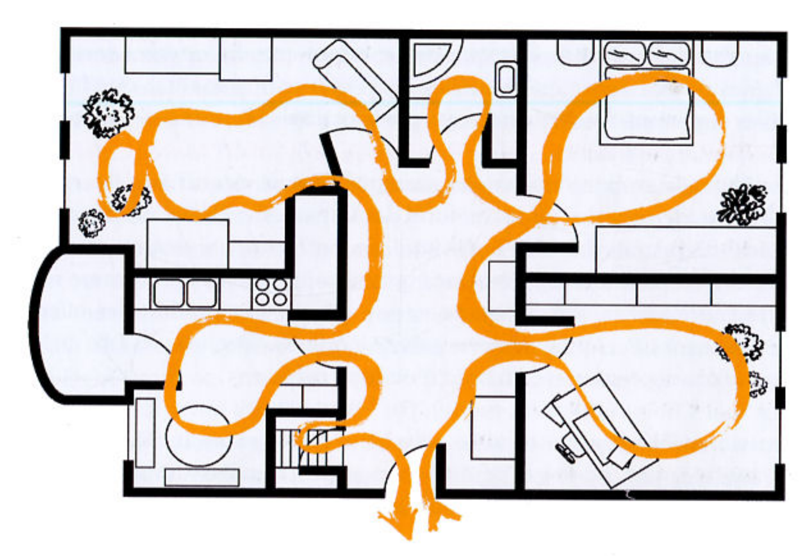
Le flux du Chi « valse » à travers les pièces

Le Feng Shui a pour objectif de garantir aux occupants d'un lieu, quel qu'il soit, une circulation optimale du Chi. Dans une maison ou dans un bâtiment public, tous les domaines importants doivent être correctement alimentés en énergie. Dans l'idéal, le flux vital du Chi doit circuler facilement de pièce en pièce, sans rencontrer d'obstacles, comme le ferait, par exemple, un couple qui danse la valse.

Voies d'entrée et de sortie du Chi

Le Chi pénètre dans les pièces par la porte. Les pièces qui ne possèdent qu'une seule porte présentent donc un inconvénient : le courant d'énergie principal doit entrer et sortir à un seul et même endroit. Cela ralentit la circulation du Chi, qui est souvent déjà perturbée par un excès de meubles. Par conséquent, dans les pièces de ce type, il faut veiller régulièrement à ce que l'espace reste dégagé.
Les fenêtres laissent également entrer l'énergie, et c'est principalement par elles que le Chi utilisé repart. Lorsque la porte et la fenêtre se font face, il se produit une sorte de « courant d'air » et le Chi, à peine entré, sort tout droit par la fenêtre.

► Comment l'énergie circule-t-elle dans votre maison ? Quels sont les endroits où vous et vos invités aimez particulièrement vous attarder ; quelles sont les pièces où vous vous sentez pris d'une irrésistible torpeur ?



Représentez le flux d'énergie sur le plan de votre maison : faites « danser » votre crayon

Afin de visualiser la circulation du Chi, munissez-vous d'une photocopie du plan de votre maison ou d'une esquisse que vous aurez faite vous-même, et sur laquelle vous aurez fait apparaître la position des meubles. En vous aidant de l'illustration précédente, représentez en couleur le trajet du flux d'énergie.

Commencez par l'entrée et suivez le Chi de pièce en pièce en décrivant des mouvements de valse. Où voyez-vous apparaître des angles et des recoins sans vie ? À quel endroit des meubles bloquent-ils le passage ? Quelle pièce préféreriez-vous oublier tout à fait ? À chaque fois que vous remarquez que le crayon n'entre pas spontanément, en « dansant », vous devez vous attendre à un manque d'énergie. Les espaces excessivement encombrés, les pièces sans fenêtre (débarras, salle de bains, toilettes), les coins sombres et les parties rarement utilisées de la maison sont autant de points qui doivent être stimulés. Vous trouverez des mesures appropriées p. 59 et suivantes.

Manque d'énergie ?

Le mauvais Chi ou Shar Chi

L'énergie n'est pas toujours bénéfique ; dans certaines circonstances, ses effets peuvent se révéler négatifs. C'est ce que le Feng Shui désigne sous le nom de *Sha* ou *Shar Chi*.

La nature ne connaissant que des mouvements fluides, les longues lignes droites sont peu naturelles, et l'expérience a montré que là où elles ont été artificiellement créées par la main de l'homme, des énergies nocives apparaissent.

Le Shar Chi se manifeste le long des canalisations, des canaux, des rues, des voies ferrées, des ponts, au fond des impasses. À l'intérieur des maisons, il apparaît dans les longs couloirs ou lorsqu'un escalier ou une fenêtre fait face à une porte. Dans ces endroits, l'énergie — comme sur une autoroute — circule à une vitesse excessive et produit des effets dévastateurs. Personne ne devrait dormir ou travailler juste en face de la porte d'une pièce située au bout d'un long couloir.

Les « autoroutes énergétiques »

Le Shar Chi est également produit par les angles des murs, les coins des maisons, les arêtes des toits, les réverbères ou les panneaux indicateurs. Dans une pièce, les objets pointus et les angles aigus des armoires ou des tables agissent comme autant de couteaux et dégagent du mauvais Chi.

Le mauvais Chi

Cette énergie négative ne doit pas agir de façon prolongée sur les êtres, sans quoi des problèmes durables s'installent. Ainsi, un enfant qui travaille en face d'une de ces arêtes aura davantage de problèmes de concentration et de difficultés d'apprentissage que dans un endroit exempt de perturbations. Les endroits consacrés au sommeil, à la préparation des repas et à la station assise doivent être débarrassés du mauvais Chi ou tout au moins en être suffisamment éloignés — plus la distance est grande, moins les effets négatifs sont perceptibles.

Ce que vous pouvez faire

► Si vous êtes confronté à une « autoroute énergétique », des mesures destinées à freiner et à mieux répartir le Chi peuvent vous aider ; des suggestions vous sont proposées page 59 et suivantes. Vous trouverez des conseils pour vous protéger contre le Shar Chi de l'environnement page 53. Ainsi, dans la maison, les arêtes des murs et les coins des meubles peuvent être neutralisés par de grandes plantes d'intérieur. En principe, tout objet suffisamment grand pour cacher l'arête incriminée peut résoudre le problème.

Tout est lié

Il en va de l'intérieur comme de l'extérieur

Dans les écrits anciens, l'idée que notre univers est construit selon des

Des lois universelles

structures très précises ne cesse de revenir. De grands penseurs tels que Lao-Tseu ou Confucius se sont intéressés au sujet. Dans ses *Écrits hermétiques*, qui sont considérés comme la base de la pensée ésotérique occidentale, Hermès Trismégiste, auteur mythique, constate que tout événement et tout exemple, aussi infimes soient-ils, se retrouvent à une échelle plus grande.
Il en va du dessus comme du dessous, de l'intérieur comme de l'extérieur, du petit comme du grand — en d'autres termes, du microcosme comme du macrocosme. Cela signifie que nos pensées, nos sentiments, notre éducation, notre culture, nos « modèles » psychiques, en un mot tout ce que nous sommes trouve un équivalent dans l'environnement extérieur.

L'environnement comme miroir

■ Par conséquent, votre maison, mais aussi votre santé reflètent votre personnalité. Inversement, vous pouvez agir sur votre état de santé et votre développement personnel par l'intermédiaire de votre habitat.

Il y a quelques années, M. Rupert Sheldrake, expert en biochimie et en biologie cellulaire, a posé l'hypothèse d'un « champ morphogénétique » et a montré, par les conclusions de ses recherches, pourquoi le Feng Shui est efficace. M. Sheldrake a reconnu que tout était lié et qu'une modification d'une partie (la maison, par exemple) avait nécessairement un effet sur un autre système (les personnes liées à cette maison). L'efficacité du Feng Shui tient au fait qu'il repose sur cette loi universelle.

Le Feng Shui intérieur

Organiser sa vie par la force de la pensée

Notre environnement exerce une influence considérable sur nous, puisque nous sommes constamment en relation avec lui. Une maison entourée de vertes prairies et de forêts n'a rien de commun avec un appartement au cœur d'une grande ville, dans une rue à grande circulation. Cependant, des études ont montré que, finalement, l'influence du milieu varie en fonction de nous-mêmes, de l'énergie de notre pensée. Il a été prouvé que les personnes gaies et positives sont moins sensibles que les autres à un environnement nuisible, qui ne les atteint que peu, voire pas du tout. D'une certaine façon, ces personnes se créent leur propre monde, non qu'elles s'imaginent vivre dans un environnement sain, mais parce que leur nature la plus intime leur a appris à ne pas ajouter aux aspects négatifs. Bien au contraire, elles consacrent toutes leurs forces à renforcer les aspects positifs.

Tout comme la lumière vainc l'obscurité, une attitude gaie et optimiste face à la vie peut changer beaucoup de choses.
Essayez de vous en souvenir, la prochaine fois que vos voisins ou le bruit de l'environnement mettront vos nerfs à rude épreuve.

Les outils du Feng Shui intérieur

■ Toutes les mesures extérieures de Feng Shui peuvent donc être considérablement renforcées par une bonne disposition d'esprit. Vos sentiments, vos pensées et vos idées sont les outils du Feng Shui intérieur. Les changements entrepris de façon réfléchie et avec l'aide d'amis seront plus efficaces que les modifications accomplies dans le stress, la colère ou le doute. En effet, le Feng Shui lie l'harmonie intérieure, celle du monde subtil des pensées, au monde extérieur, l'environnement physique.

Les symboles soutiennent la pensée

Les pensées sont des forces extrêmement actives, qui exercent une influence énorme sur notre vie. Les grands sportifs sont toujours des « champions du monde de la pensée positive », car avant chaque exploit, ils s'entraînent en pensant au but à atteindre et en imaginant leur succès futur.
Selon le Feng Shui, en théorie, il est même possible de régler les problèmes par la seule force de la pensée ; toutefois, cela demande beaucoup d'expérience, d'équilibre et de conviction personnelle, ainsi qu'une parfaite confiance en soi. Pour être accessible à tous, le Feng Shui utilise donc des objets symboliques, qui nous ramènent constamment à nos centres d'intérêt et à nos désirs, et agissent sur notre inconscient.

L'impact sur autrui

Chacun réagit à sa façon

À chaque fois que vous déplacez des meubles, que vous accrochez des tableaux ou que vous repeignez une pièce, vous faites du Feng Shui. Vous modifiez votre environnement et, par conséquent, la circulation de l'énergie et les vibrations à l'intérieur de votre maison. Cela retentit sur tous les membres de la famille, bien qu'à des degrés différents. En effet, chaque personne a ses caractéristiques propres et ne laisse les modifications l'atteindre qu'à travers un « filtre » individuel. Ce n'est pas entièrement négatif, car cela signifie que nous ne sommes pas si influençables que cela et que nous pouvons décider librement de nos actes.

► Si vous voulez agir uniquement sur vous-même, vous pouvez apporter une modification dans un espace qui vous est réservé ou que vous

occupez très régulièrement ; vous éviterez ainsi d'influencer les autres membres de votre foyer.

Le Yin et le Yang ou la vie en équilibre

Le principe de dualité

Dans la vie, pour atteindre l'harmonie, il faut parvenir à un équilibre aussi parfait que possible entre l'environnement extérieur et les divers aspects de la vie personnelle. Ainsi, un mélange raisonnable d'activité et de repos permet de se développer sur le plan personnel tout en ayant des loisirs et la possibilité de se ressourcer. Ces impulsions contradictoires sont connues en Chine sous le nom de « Yin » et de « Yang. »
Tout l'univers fonctionne d'après ces deux principes opposés mais complémentaires. Cette dualité ou polarité se retrouve, par exemple, dans le passage du jour à la nuit, ou encore dans l'enchaînement de l'inspiration et de l'expiration chez l'être humain.

Le Yin et le Yang — deux faces d'un même monde

Le Yin et le Yang vont de pair et contribuent à part égale à l'harmonie et à l'équilibre. Le Yin ne peut exister sans le Yang ; de même, la clarté ne peut être sans la lumière, ni la chaleur sans le froid ; le pôle plus de la pile appelle le pôle moins ; le masculin et le féminin sont complémentaires.

Voici comment le Yin et le Yang se manifestent dans la nature

Yin	Yang	Yin	Yang
froid	chaud	ligne brisée (dans le Yi King)	ligne continue
obscur	clair	Tigre	Dragon
mou	dur	vallée	montagne
lourd	léger	dessous	dessus
humide	sec	droite	gauche
condensé	étendu	derrière	devant
trouble	pur	vers le bas	vers le haut
féminin	masculin	vers l'intérieur	vers l'extérieur
jeune	vieux	chiffres pairs	chiffres impairs
négatif	positif	espace ouvert	structures solides
réactif	actif	formes ondulées	formes géométriques
accueillant	pénétrant	côté ombre	côté soleil
corps	âme		
terre	ciel		

Le « Chi » ou l'énergie vitale

Les termes Yin et Yang sont en fait des adjectifs : rien n'est *le* Yin ni *le* Yang en soi ; une chose a des qualités Yin ou Yang par rapport à autre chose.
Tout objet possède à la fois des propriétés Yin et des propriétés Yang ; toutefois, le rapport entre ces qualités varie selon les objets et a un caractère changeant, de la même façon que les plateaux d'une balance sont toujours en mouvement. Cela explique le symbole retenu pour illustrer ces deux concepts (voir ci-contre), car le Yin contient un peu de Yang (représenté par le point blanc sur la surface noire) et le Yang un peu de Yin (représenté par le point noir sur la surface blanche).

L'importance de l'équilibre

Les difficultés apparaissent lorsque l'un des deux principes s'exprime excessivement par rapport à l'autre. Nous connaissons tous ce problème pour l'avoir vécu : plus nous développons notre intellect, nos connaissances, plus il est difficile de conserver des rapports humains enrichissants ; de même, plus un jeune chef d'entreprise s'efforce de gagner de l'argent rapidement, plus il commet des erreurs qui peuvent lui coûter très cher.

■ Tous les déséquilibres de votre vie, qu'ils concernent votre santé, vos rapports avec les autres, votre métier ou votre maison, peuvent ainsi être ramenés à une mauvaise répartition du Yin et du Yang.

Le principe de l'équilibre

Si quelque chose empêche le Yin et le Yang de parvenir à un équilibre, les conséquences peuvent être catastrophiques lorsque ce dernier réussit finalement à s'imposer. Ainsi, une roue de vélo ne remplit correctement sa fonction que lorsque la pression et la résistance du pneu atteignent un équilibre harmonieux. Si la roue n'est pas assez gonflée, elle est inutilisable ; si elle est trop gonflée, elle éclate, ce qui rétablit l'équilibre : le Yin et le Yang se transforment l'un en autre par le biais d'une catastrophe. L'Univers revient toujours à l'équilibre. Le Feng Shui utilise sa connaissance de cette loi à notre avantage.

Rééquilibrer la balance

► À chaque fois que vous faites quelque chose, vous devez vous efforcer de parvenir à un jeu égal entre les forces en présence, sans quoi l'équilibre, conformément aux lois universelles, tente de se rétablir de lui-même, par le biais de la maladie, par exemple. Les mesures du Feng Shui peuvent vous aider à faire pencher la balance dans le bon sens, en

stimulant les zones calmes et en stabilisant les lieux qui présentent un excès d'énergie.

Les cinq phases de transformation

Toute la pensée chinoise trouve son origine dans les enseignements du Taoïsme, une philosophie qui repose sur l'observation de la nature et de son fonctionnement. Aussi les sciences chinoises, en particulier la médecine, s'appuient-elles fortement, dans leurs descriptions, sur les phénomènes naturels. Cela apparaît nettement dans le système des « Cinq Éléments » ou des « cinq phases de transformation ».

Tout se transforme en permanence

Selon l'expérience chinoise, tout se transforme en permanence. La graine (Yin) devient une plante (Yang), qui meurt et retourne à la terre (Yin). Cette métamorphose s'inscrit dans le contexte du cycle des saisons. L'hiver (Yin), après le printemps, laisse place à l'été (Yang), qui à son tour, après l'automne, ramène à l'hiver.

Les Cinq Éléments symbolisent des processus, des qualités et des propriétés que l'on peut observer dans la nature :

La symbolique des Cinq Éléments

Bois :	croissant, élastique, enraciné, puissant
Feu :	sec, chaud, ascendant, en mouvement
Terre :	productif, fertile, potentiel de croissance
Métal :	coupant, dur, conducteur
Eau :	mouillé, frais, descendant, coulant, cédant

Tout est lié

Tous les Éléments présentent à la fois des aspects Yin et des aspects Yang, ce qui signifie que toutes les choses sont liées entre elles et réalisent des échanges. Puisqu'il est ici question d'états de l'énergie en mutation constante, je recours également au concept de « phases de transformation ». Le système des cinq phases de transformation décrit de quelle façon les différents Éléments se comportent les uns par rapport aux autres et quels rapports ils entretiennent les uns avec les autres, car ils se déterminent et s'influencent mutuellement.

Bien qu'il s'agisse là d'un système très ancien, son utilisation dans le cadre de la pratique du Feng Shui est extrêmement d'actualité. À chaque

fois que vous visitez un terrain, une maison, un bureau ou une pièce, vous percevez, consciemment ou inconsciemment, les Éléments présents sous la forme de matériaux, de formes et de couleurs, et vous sentez s'ils s'équilibrent ou si un élément domine.

Les cycles de création et de contrôle

Comme dans le jeu « papier, caillou, ciseaux »

Vous vous souvenez peut-être de ce jeu classique dans lequel deux enfants forment en même temps un symbole avec la main. Un poing fermé est un « caillou » ; une main à plat représente le « papier » ; l'index et le majeur écartés symbolisent les « ciseaux ». Si les ciseaux rencontrent le papier, ils l'emportent, mais s'ils rencontrent le caillou, ils s'émoussent, donc perdent. En revanche, si le caillou rencontre le papier, celui-ci gagne, car il enveloppe le caillou et, par conséquent, le maîtrise. Nous apprenons ainsi dès notre plus jeune âge, de façon ludique, que l'on ne peut savoir comment une chose agit que si l'on connaît le contexte dans lequel elle intervient. Les ciseaux sont tantôt gagnants, tantôt perdants.

L'objectif est d'atteindre l'équilibre des Éléments

Il en va exactement de même avec les cinq phases de transformation, car pour connaître l'effet d'un Élément, il faut considérer son environnement immédiat. En d'autres termes, il faut prendre en compte les relations que les Éléments entretiennent les uns avec les autres.

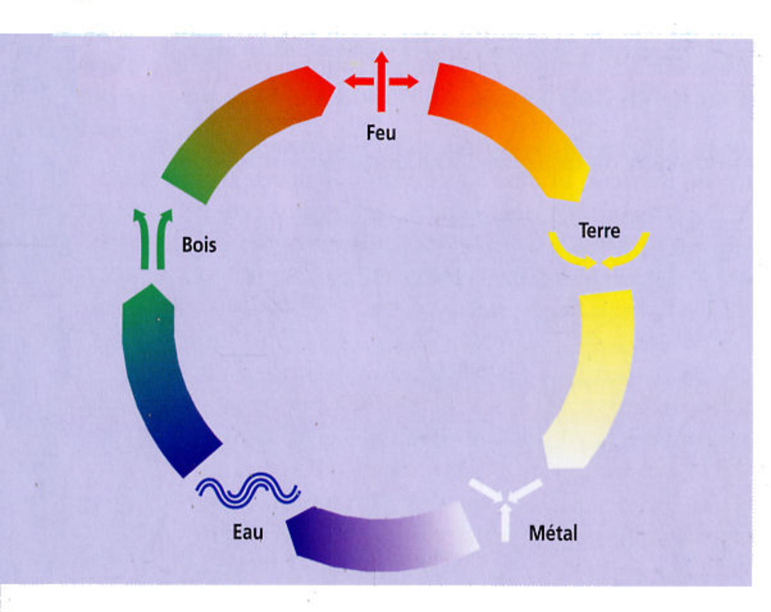
Ces différentes relations sont représentées sous forme de cycle. Si les Éléments voisins se soutiennent mutuellement, on parle de « cycle de création » ; s'ils se gênent mutuellement, on parle de « cycle de contrôle ».

■ Le *cycle de création* décrit avec quelle harmonie les différentes phases de transformation laissent place l'une à l'autre, se fondent l'une en l'autre. Tout comme la croissance suit la naissance et l'été le printemps, le sud suit l'est, le feu suit le bois, et ainsi de suite. Le Chi doit toujours se trouver dans le flux d'un élément à l'autre, car l'harmonie n'apparaît que là où la roue des cycles tourne de façon régulière. Un cycle irrégulier mène à des maladies ou à des problèmes.

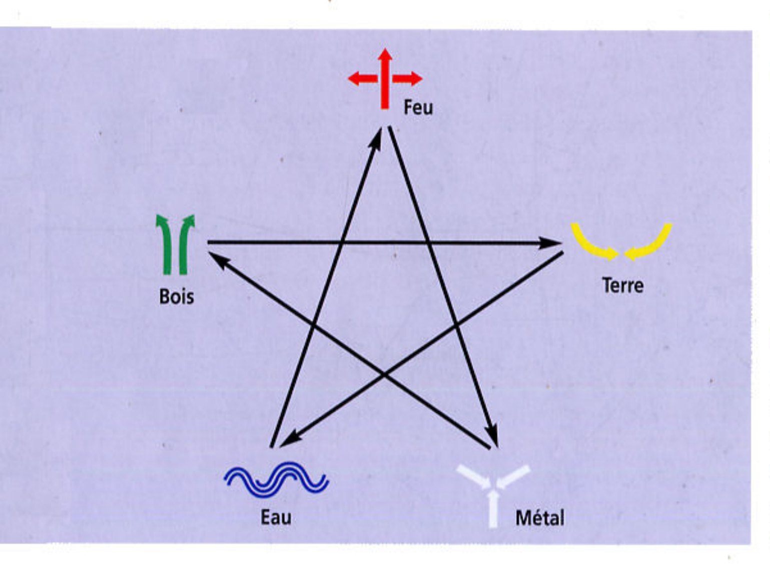
...ceux-ci se stimulant et se maîtrisant mutuellement

Le deuxième cycle important est le *cycle de contrôle*. Il donne des informations sur les Éléments qui jouent un rôle d'obstacle vis-à-vis d'autres Éléments, qu'ils contrôlent par conséquent. L'équilibre doit également régner au sein de ce second cycle. Il est atteint lorsque chaque Élément maîtrise suffisamment celui qui, dans le cycle de création, se situe deux places plus loin que lui, et est lui-même suffisamment maîtrisé par celui qui se situe deux places avant lui.

Le cycle de création — « le Bois nourrit le Feu »



Le cycle de contrôle — « l'Eau éteint le Feu »



Le Bois : est nourri par l'Eau (un arbre a besoin d'eau pour pousser) et contrôle la Terre (l'arbre tire de la terre des éléments nutritifs).
L'énergie du Bois, en expansion, est ascendante et tournée vers l'extérieur.

Le Feu : est nourri par le Bois (le bois donne naissance au feu) et contrôle le Métal (le feu peut faire fondre le métal et donc le déformer).
L'énergie du Feu est active.

La Terre : est nourrie par le Feu (le feu produit des cendres) et contrôle l'Eau (les barrages retiennent l'eau).
L'énergie de la Terre est descendante et rassemble.

Le Métal : est nourri par la Terre (les métaux naissent dans la terre et sont extraits de ses entrailles) et contrôle le Bois (la hache fend le bois).
L'énergie du Métal condense et est tournée vers l'intérieur.

L'Eau : est nourrie par le Métal (un récipient en métal, rempli d'un contenu froid, voit ses côtés se couvrir de condensation ; le métal liquide coule comme de l'eau) et contrôle le Feu (l'eau éteint le feu).
L'énergie de l'Eau est fluide.

Comment le Chi est-il réparti ?

Reconnaître la façon dont les Éléments se manifestent

Dans l'Univers, tout est énergie et peut par conséquent être décrit au moyen des cinq phases de transformation. Cela nous permet d'obtenir des informations sur le Chi d'un paysage, d'un édifice ou d'une personne.

Toute forme de construction ou de paysage, tout organe du corps, toute

Les caractéristiques principales des cinq phases de transformation

	Bois	Feu	Terre	Métal	Eau
Symbole					
Forme	haut, en plein essor, cylindrique	pointu, aux arêtes vives, triangulaire	plat	rond et en coupole	ondulé et irrégulier
Forme de bâtiment					
Couleur	vert	rouge	jaune	blanc	noir, bleu
	(Pour en savoir plus sur les couleurs, voir p. 67)				
Vêtements	haute couture, chapeaux, rayures verticales	excentriques, voyants	décontractés et confortables, structures basses	costumes, tenues classiques	amples, sombres, tenues de sport
Émotions	bonté et colère	joie et haine	sérénité et souci	courage et affliction	douceur et crainte
Thèmes relationnels liés	souplesse, réceptivité	comportement, expressivité	donner et recevoir, sincérité	parler et écouter, justice	savoir, sagesse, contacts
Orientation dans l'espace	est	sud	milieu	ouest	nord
Formes de plantes	grimpantes	à fleurs	retombantes	pointues et à aiguilles	ondulées
Planètes	Jupiter	Mars	Saturne	Vénus	Mercure

maladie, tout aliment, tout moment du jour ou de l'année, toute couleur attire l'attention sur un Élément dominant ou faible. Le comportement et le caractère d'une personne permettent même de déterminer quels Éléments s'expriment plutôt faiblement ou beaucoup trop fortement en elle.

L'idéal est que tous les Éléments soient représentés

Cette analyse permet de déterminer les mesures à adopter pour améliorer la circulation du Chi. Le tableau ci-contre présente les principales caractéristiques des cinq phases de transformation. Dans l'idéal, tous les Éléments doivent apparaître en vous et dans votre maison. Dans la plupart des cas, un Élément se distingue du lot ; toutefois, cet Élément privilégié ne doit pas se manifester de façon trop marquée, sans quoi cela peut conduire à un déséquilibre.

Une personne « à dominante Feu » peut être reconnue, par exemple, à un comportement très théâtral, voire complètement excentrique, à un caractère parfois capricieux et critique, et à un goût pour les vêtements de couleur rouge. Afin d'éviter d'accentuer encore l'expression de l'Élément Feu, les formes pointues et triangulaires qui lui sont associées doivent être aussi peu utilisées que possible dans la maison de cette personne, de même que la couleur rouge.

Compenser les déséquilibres

Inversement, une présence insuffisante de l'Élément Feu, visible, par exemple, à un manque de joie et d'expressivité, peut être compensée par l'emploi de davantage de tons rouges ou d'autres éléments voyants dans la maison ou dans l'habillement de la personne concernée.

Le Feu étant lié au sud, il est important de veiller à ce que tout aille bien dans la partie sud de votre maison. Un excès d'éléments sombres ou aquatiques éteindra l'énergie du Feu, alors que la présence d'eau, surtout si elle est associée à des plantes ou à des tons verts (Élément Bois), soutiendra cet Élément (l'eau nourrit le bois, qui produit le feu).

Les personnes qui s'intéressent à l'astrologie trouveront également dans le tableau les planètes associées aux différents Éléments, car l'horoscope est une autre façon de mettre en évidence certains points forts et points faibles.

Quels sont vos « points forts » et vos « points faibles » ?

► Quelles sont les couleurs et les formes qui dominent actuellement à l'intérieur et à l'extérieur de votre maison ? Quelles sont les émotions et attitudes vis-à-vis d'autrui qui apparaissent chez vous de façon plutôt faible ou particulièrement forte ? L'analyse permet de voir quels sont les Éléments dont la présence doit être renforcée ou atténuée dans votre appartement. Si vous n'êtes pas certain de la façon dont les Éléments

s'équilibrent chez vous, la meilleure solution est de demander à vos amis comment ils vous voient, comment ils perçoivent votre maison et comment ils la décriraient. Leurs réponses vous permettront d'identifier facilement les Éléments qui ont besoin d'être renforcés ou atténués.

L'équilibre des Cinq Éléments

Le cycle de création et le cycle de contrôle (cf. p. 33) vous montrent comment éviter de trop grands déséquilibres dans votre maison et apporter de la stabilité dans votre vie.

« Le Bois nourrit le Feu »

► *Renforcer les Éléments :* un potentiel « Feu » trop faible peut être renforcé par l'énergie du Bois, un déficit en Terre être rééquilibré au moyen du Feu (reportez-vous au cycle de création).

Affaiblir les Éléments : un excès peut être compensé au moyen de l'Élément de contrôle (voir le cycle de contrôle).

« L'Eau éteint le Feu »

Ainsi, le Feu est maîtrisé par l'Eau, le Bois par le Métal. Pour affaiblir un Élément dominant, il est également possible de transmettre l'énergie de cet Élément fort à l'Élément qui lui succède au sein du cycle de création. Une présence excessive de l'Élément Feu peut ainsi être atténuée grâce à l'Élément Terre (produit par l'Élément Feu).

« Le Feu nourrit la Terre » et, ce faisant, s'affaiblit

Si la quasi-totalité de vos pièces et de vos meubles est de couleur blanche et argentée, il est probable que votre maison présente un net excès de l'Élément Métal. Vous réduirez l'énergie du Métal en vous séparant des objets métalliques et des formes rondes ou bombées, et en accentuant la présence de l'Élément Eau, soit à l'aide d'une fontaine d'intérieur ou d'un aquarium et de petites touches de bleu foncé et de noir, soit au moyen de formes ondulées. L'énergie Métal en excédent sera ainsi judicieusement convertie en énergie Eau.

L'important est de suivre son intuition

Un aspect essentiel du Feng Shui consiste à se fier toujours plus à la voix intérieure, à l'intuition. Ce que notre « petit doigt » nous dit, notre instinct, ne doit jamais être sacrifié au nom de je ne sais quels principes. En effet, il a été démontré que modifier et améliorer son environnement ne peut avoir un impact positif que si l'on suit son intuition.

Votre instinct joue un rôle capital

De même, votre sens personnel de l'esthétique et du beau devra toujours être pris en compte, sans quoi vous souffrirez des modifications

entreprises, qui « n'iront pas » — le sens de chaque mesure de Feng Shui serait alors immédiatement remis en cause. L'important est ce que vous trouvez beau, ce qui vous fait du bien, pas ce qui est « à la mode » ou ce qu'on trouve dans les boutiques de Feng Shui.

Soyez attentif aux signes

Les enfants sont d'ailleurs de très bons révélateurs, car ils réagissent immédiatement et sans fard aux situations qui « clochent ».

De même, lorsque des animaux domestiques ont un comportement étrange ou tombent souvent malades, ils signalent directement que la vie d'une personne ou l'énergie d'un lieu de vie présentent des déséquilibres.

Ce sont aussi parfois des événements du quotidien, insignifiants en apparence, qui vous montrent quelles décisions prendre.

Libérez-vous de tout manichéisme

Pour tout ce qui concerne le Feng Shui, il est indispensable de vous libérer de tout *a priori*, de tout manichéisme. Avec un peu d'honnêteté, vous conviendrez rapidement que rien n'est entièrement bon ou entièrement mauvais. Tout est complexe et peut être interprété de façon différente selon le contexte (voir Yin et Yang, p. 29).

Bien faire les choses simples

La magie des petites choses

Selon un adage anglais célébrant la magie des petites choses, « *il faut bien faire les choses, même si elles sont simples* ». Bien souvent, lorsque nous cherchons à résoudre des problèmes, nous pensons à des solutions beaucoup trop compliquées et nous passons à côté des solutions simples, à portée de main.

Asseyez-vous quelques heures dans le fauteuil de votre employé : vous comprendrez vite de quoi il a réellement besoin. Demandez à vos invités quelle est la première chose qu'ils aient remarquée en entrant chez vous. Ils évoqueront des aspects de votre quotidien que vous ne remarquez plus depuis longtemps. Faites réparer immédiatement tous les appareils en panne et les robinets qui fuient, car tout ce qui ne fonctionne pas bloque la circulation du Chi. On finit toujours, malheureusement, par s'habituer aux portes qui grincent ou qui s'ouvrent difficilement, qui sont autant de facteurs de stagnation de l'énergie.

Demandez-vous, à chaque fois que vous entreprenez quelque chose, s'il n'existe pas une solution plus simple et tout aussi efficace. Ainsi, au lieu de déplorer la faiblesse du niveau d'énergie dans votre salon et d'envisager de grands changements, remplacez l'ampoule grillée par une ampoule neuve, ou prévoyez une nouvelle source de lumière.

Les neuf domaines du Pa Kua

Un outil précieux pour analyser votre appartement

Le « Pa Kua », avec ses huit secteurs périphériques, est un outil extrêmement précieux pour analyser votre appartement, votre maison ou votre lieu de travail. Traduit littéralement, le terme Pa Kua signifie « le corps du Dragon ». En effet, votre demeure peut être vue, en quelque sorte, comme la reproduction d'un corps vivant et de ses fonctions. Le Pa Kua attribue à chaque partie d'une maison une signification et une action particulières — de la même façon que chaque partie du corps possède une fonction bien précise. Ces différents domaines se retrouvent aussi bien dans un appartement qu'à chaque étage d'une maison individuelle, dans chaque pièce d'un lieu de vie, sur une table de travail ou dans un jardin.
Des études ont permis de montrer que lorsque des édifices sont bâtis d'après un plan déséquilibré ou très asymétrique, ce fort déséquilibre se retrouve dans le destin et la santé des occupants des lieux. Les experts en Feng Shui recommandent donc de construire des maisons aussi symétriques et équilibrées que possible, afin de veiller à ce que toutes les parties du « corps du Dragon » soient représentées.

■ Chacune des cases du Pa Kua symbolise un aspect de votre vie. L'état d'une pièce ou d'un recoin reflète la situation actuelle de votre carrière, de vos relations avec autrui ou de vos finances. En prenant des mesures adaptées (cf. p. 41), vous pouvez stimuler les secteurs du Pa Kua et exercer une influence sensible sur votre vie.

Une sorte de plan de votre vie

Comprendre la symbolique

Ainsi, si, chez vous, le secteur « relations humaines » est occupé par du linge sale, une cage à oiseaux hébergeant une seule perruche, ou une paire de menottes abandonnées là depuis le dernier bal masqué, cela est très révélateur. En effet, tout objet possède une symbolique particulière — qui varie en fonction de l'environnement et du contexte. L'oiseau unique peut ici représenter la solitude et l'absence de partenaire, alors que la même cage à oiseaux, si elle se trouve dans le secteur du « savoir », peut indiquer que vous aimez à vous retirer dans votre « espace intérieur », voire à méditer. Le contexte doit donc toujours être pris en compte.

L'interprétation du Pa Kua, quant à elle, doit toujours être faite avec prudence et intuition, car des exceptions sont toujours possibles : ainsi, il peut arriver qu'un couple vive une relation parfaitement harmonieuse alors que le secteur correspondant aux relations humaines se présente chez lui, selon les critères du Feng Shui, de façon catastrophique. En effet, nous exerçons nous-mêmes une influence, et par conséquent une certaine maîtrise, sur notre Chi. Les explications qui vont suivre doivent donc, comme toujours dans la vie, être prises avec lucidité et un certain recul, car aucune des situations de vie décrites ne mène obligatoirement à un destin donné.

Attention : le Pa Kua ne permet pas de prédire l'avenir

► Le Pa Kua doit toujours être posé de façon à ce que la ligne du bas, avec les secteurs « savoir », « carrière » et « amis secourables », vienne se superposer à la porte d'entrée. Celle-ci est la « bouche du Chi » et influence la façon dont l'énergie se répartit par la suite. Si vous avez une maison individuelle, prenez pour base la porte principale ; dans le cas contraire, partez de la porte de l'appartement, car celle-ci est le seuil de l'espace de la vie privée. Si vous habitez sur plusieurs étages, considérez à chaque fois l'escalier comme l'entrée de l'étage. Lorsque les pièces ont plusieurs portes, prenez celle qui est la plus utilisée.

Avec le Pa Kua sur papier calque (inclus dans cet ouvrage), identifier les secteurs devient un jeu d'enfant

Richesse	Renommée	Relations humaines
Famille	Tai Chi	Enfants
Savoir	Carrière	Amis secourables

Adaptez les dimensions des secteurs à celles du lieu envisagé, qu'il s'agisse d'une pièce, d'un appartement, d'un jardin ou d'une table de travail.

Secteurs manquants ou extensions ?

En cas de plan irrégulier

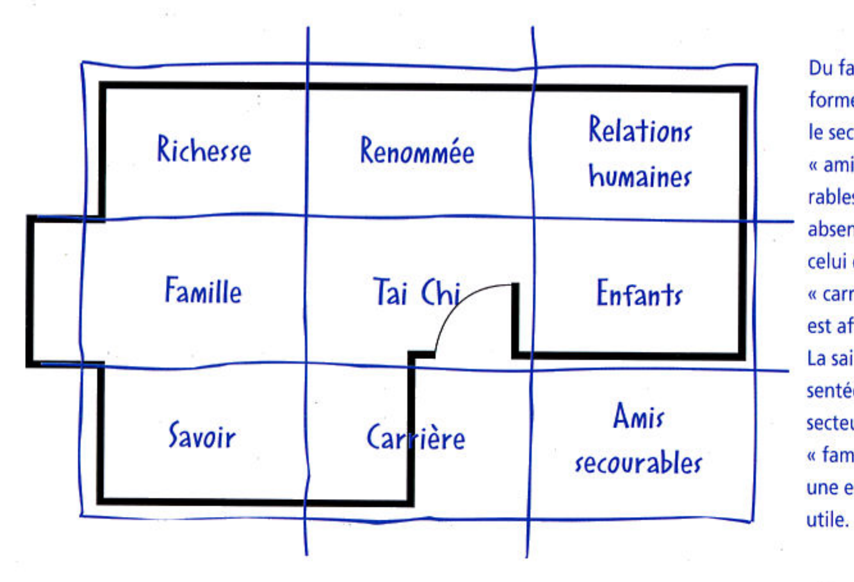
Les plans d'habitation qui présentent des irrégularités — forme en L, encorbellements ou autres parties saillantes — font apparaître des « secteurs manquants » ou des « extensions utiles » sur le Pa Kua. Seules les parties habitées doivent être prises en compte, pas les bâtiments annexes tels que garages ou hangars.

Pour savoir si la partie envisagée révèle un secteur manquant ou une extension, il faut comparer sa superficie à celle d'un secteur :

- Si la partie saillante représente au moins la moitié d'un secteur (en longueur ou en largeur), elle doit être incluse dans le Pa Kua : un ou plusieurs domaines sont alors absents (voir schéma ci-dessous), ce qui entraîne des insuffisances.
- Si la partie saillante n'atteint pas la moitié d'un secteur, elle se trouve à l'extérieur du Pa Kua et renforce la zone qu'elle prolonge, à laquelle elle sert d'extension utile.

L'important est de comparer les dimensions de la partie envisagée à celles du secteur auquel elle se rapporte

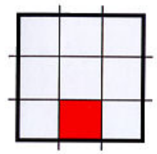
► L'absence d'un secteur doit être compensée par des mesures appropriées (cf. p. 75), sans quoi elle peut se traduire par une insuffisance dans certains domaines de la vie des occupants du lieu. En règle générale, les zones prolongées, donc renforcées, ne nécessitent pas d'intervention particulière.



Du fait de la forme en L, le secteur des « amis secourables » est absent et celui de la « carrière » est affaibli. La saillie présentée par le secteur de la « famille » est une extension utile.

Les secteurs du Pa Kua

Comme un octogone, symbole d'harmonie intérieure et extérieure, le Pa Kua se compose de huit secteurs regroupés autour d'un centre.

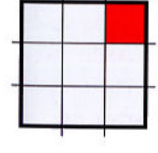


« La carrière »

Le secteur de la carrière se trouve au milieu de la bande inférieure du Pa Kua. Chaque fois que vous vous posez des questions sur votre avenir, vous devez vous préoccuper de cet espace. Il symbolise le déroulement de votre vie et indique si vous avez vraiment trouvé votre voie, en particulier dans un domaine important : la profession. Votre activité correspond-elle à votre « vocation » profonde ? Il est important de faire ce que vous faites avec amour et conviction, ainsi que d'obtenir, en contrepartie, une certaine reconnaissance. Toutefois, la vie ne se limitant pas au travail, la « carrière » est ici à prendre au sens large et représente votre avenir tout entier. Prenez donc régulièrement le temps de vous demander si vous êtes resté fidèle à vous-même et à ce que vous dit votre intuition. Si vous êtes de nouveau sur le point de faire des choses ou d'accepter des conditions qui vous écartent de votre voie, faites machine arrière.

Avenir et vocation

► Si l'entrée de votre maison ou de votre appartement se trouve dans le secteur « carrière », cela signifie que ce domaine revêt une importance particulière pour vous et votre famille. Un escalier situé dans ce domaine peut symboliser des hauts et des bas épuisants et doit être neutralisé au moyen d'un bon éclairage et d'images qui vous mettent de bonne humeur. Le secteur de la carrière doit être aménagé de façon à contribuer à la clarté indispensable à votre avenir : il faut donc qu'il soit clair, sympathique, accueillant et vaste.



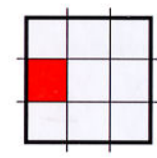
« Les relations humaines »

Le domaine des relations humaines occupe le coin supérieur droit du Pa Kua. Il symbolise vos relations aux autres, c'est-à-dire votre relation de couple, mais aussi vos aventures et les rapports que vous entretenez avec vos amis, vos collègues de travail ou vos voisins.

Les relations amoureuses et autres

► Il s'agit donc d'un secteur sensible, qui doit être aménagé de façon

particulièrement propice aux relations humaines et à l'harmonie. Commencez par vous débarrasser de tous les meubles ou accessoires susceptibles d'exercer une influence néfaste sur vos relations (présentes et futures), et renoncez aux objets ou aux tableaux qui symbolisent la rupture. Remplacez-les par des images d'union et de partage, ainsi que des accessoires allant par deux : deux roses fraîchement coupées, la photo d'un couple d'amoureux, ou un bibelot représentant un couple de dauphins. Les dauphins sont un symbole particulièrement approprié des relations humaines, car ils incarnent l'amour sans limite, le goût du jeu, le plaisir du contact et la joie de vivre.



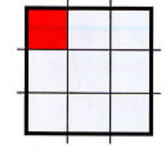
« *La famille* »

Sur la bande médiane du Pa Kua, à gauche, se trouve le secteur représentant votre famille, c'est-à-dire vos parents, vos grands-parents et vos ancêtres, ainsi que les rapports que vous entretenez avec eux. Cet espace reflète également vos relations avec vos professeurs et vos supérieurs hiérarchiques.

Racines, professeurs, supérieurs hiérarchiques

Si vos rapports avec vos parents ou votre chef sont plutôt tendus, des mesures dans le secteur de la famille s'imposent. Ces conflits se traduisent ici, la plupart du temps, par un secteur manquant, un désordre plus ou moins grand, un mauvais éclairage ou la présence de plusieurs murs. Dans la mesure où il reflète vos racines, donc votre passé, ce domaine recèle de grandes possibilités. En effet, l'avenir se construit à partir du passé. Vous devez donc avoir pour objectif de faire circuler à nouveau le Chi dans cet espace.

► Les photos de famille et les portraits de vos aïeux sont bienvenus dans ce secteur, à condition toutefois qu'ils éveillent de bons souvenirs. Ce domaine peut également être stimulé au moyen de plantes et d'objets qui symbolisent la vie et la croissance.



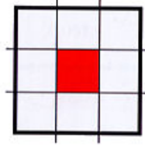
« *La richesse* »

Si vous souhaitez mener une vie plus enrichissante, qui vous apporte davantage, vous devez vous intéresser au lieu correspondant, dans votre maison ou votre bureau, au coin supérieur gauche du Pa Kua. Cet espace représente aussi bien votre situation financière que l'idée que vous vous faites de votre propre valeur.

Il symbolise également les expériences « enrichissantes » et les événements heureux, qui nous apportent souvent bien plus, dans la vie, que le gros lot tant attendu.

Une vie bien remplie et enrichissante

► Vous pourrez donc placer dans cet espace des symboles de « noblesse » et d'« exception », c'est-à-dire des objets qui vous rappellent constamment votre richesse intérieure et extérieure. L'eau étant associée à l'aisance, une fontaine d'intérieur, un aquarium ou une image de cascade peuvent se révéler très efficaces pour « recharger » ce domaine. Nettoyez régulièrement la fontaine ou l'aquarium, et veillez à la qualité de l'eau (cf. p. 70).
Une belle coupe en cristal de verre taillé (vide) ou un autre récipient noble (ouvert) sont particulièrement bienvenus dans le coin arrière gauche d'une table de travail, afin que de nouvelles richesses puissent s'y amasser. Même s'il n'a qu'une valeur symbolique, cet objet vous rappellera constamment, à l'avenir, d'utiliser vos ressources de façon plus réfléchie et peut-être plus reconnaissante.

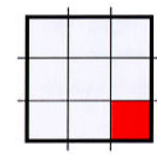


« Le centre » (Tai Chi)

Le centre de la maison ou de l'appartement correspond au centre du corps humain et symbolise la santé.
Cette zone qui entoure le plexus solaire est également appelée *Hara* ou *Dantien* en Asie. C'est ici que se trouve le centre de la vitalité, dans lequel nous puisons chaque jour les forces qui nous sont nécessaires. Le centre du corps doit donc rester aussi libre et peu chargé que possible, et l'estomac ne doit pas être bloqué par une nourriture trop riche.

Santé et vitalité

► De même, aucun mur, aucune cheminée, aucun meuble lourd ne doit se trouver au centre de votre maison, sans quoi votre vie s'en trouvera inutilement compliquée. Le Chi doit pouvoir circuler librement, sans rencontrer d'obstacles. Si un escalier occupe le centre de votre demeure, vous risquez de mener une vie tantôt dynamique, tantôt agitée, avec en permanence des hauts et des bas. Ces centres affaiblis ou instables peuvent être renforcés par la création de centres de substitution. Déterminez avec précision le centre de deux des pièces de votre maison et stimulez-les au moyen d'objets tels que des cristaux arc-en-ciel, des morceaux de cristal de roche (si vous disposez de suffisamment d'espace) ou des spirales d'ADN (cf. p. 64).

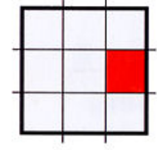


« *Les amis secourables* »

« On ne récolte jamais que ce qu'on a semé. » Lorsque nous rendons service à des amis, une loi universelle veut que cette générosité soit toujours récompensée. Vous trouverez dans le coin inférieur droit du Pa Kua, la plupart du temps près de la porte d'entrée, le secteur des « amis secourables » et donc l'énergie du soutien, de l'aide et de la protection. Il faut entendre par là les effets de la providence, les « rencontres de hasard » et le fameux ange gardien qui nous protège en toutes circonstances.

Soutien et protection

► La meilleure façon d'appeler à vous cette énergie est d'apprendre vous-même à vous montrer généreux. En effet, selon un vieil adage tiré de l'expérience, plus on donne, plus on reçoit.
Pour renforcer ce secteur, vous pouvez également recourir à toutes les mesures conseillées pour stimuler un espace, en particulier les objets tels que les minéraux, les pierres semi-précieuses ou les objets en cristal (cf. p. 65).



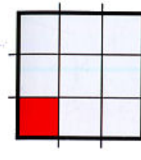
« *Les enfants* »

Les enfants apportent beaucoup de dynamisme et de vie à une famille. Au sens figuré, ils représentent la créativité. Aussi le secteur des « enfants » symbolise-t-il, au-delà des petites filles et des petits garçons, les enfants de l'esprit que sont les projets, les idées et autres fruits de l'inspiration. Les enfants d'une entreprise, ses filiales par exemple, sont également concernés.

Créativité sous toutes ses formes

Ce secteur, situé à droite de la bande médiane du Pa Kua, est très actif ; les enfants aiment donc s'y installer pour jouer. En revanche, il est très difficile de se reposer, se détendre, sans parler de méditer, dans cette partie de la maison.
Si votre chambre à coucher se trouve dans ce secteur, ne vous étonnez pas si vos enfants font bruyamment irruption dans votre lit le matin pour vous faire disparaître sous des montagnes de jouets.

► Pour stimuler cet espace, les images et les objets qui évoquent les plaisirs de l'existence et les belles choses de la vie sont particulièrement indiqués. Les œuvres d'art, une musique harmonieuse ou des fleurs sont également des solutions idéales (cf. p. 62, 67 et 71).

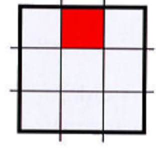


« *Le savoir* »

Le secteur du savoir se trouve à l'angle inférieur gauche du Pa Kua. Il ne renseigne pas tant sur un savoir-faire concret que sur des connaissances intimes et profondes, sur l'intuition et l'accès au « savoir supérieur ». Toutefois, une « vraie » bibliothèque peut être placée dans cet espace. Lors de l'organisation et de l'utilisation de cette pièce, une attention particulière doit être prêtée au calme et la régularité. En effet, c'est surtout lorsque le silence règne que les informations profondément enfouies reviennent doucement à la conscience. De plus, il vous sera beaucoup plus facile d'apprendre à vous connaître en prenant régulièrement le temps de vous détendre et de ne rien faire que dans le bruit et la fureur de la vie quotidienne.

Connaissances et intuition

► Si vous voulez améliorer votre capacité d'apprentissage, développer votre intuition ou orienter davantage votre existence vers le spirituel, vous devez rafraîchir ce secteur. Vous pouvez utiliser à cet effet des objets disposés individuellement, des récipients vides tels que des boîtes et des verres, ou encore un tableau représentant une montagne.



« *La renommée* »

Votre réputation et le degré d'estime que vous accordent les autres se reflètent dans le secteur de la « renommée », qui se trouve au milieu de la bande supérieure du Pa Kua. Il s'agit surtout ici de votre maturité intérieure, car l'éclat extérieur ne peut durer que s'il va de pair avec un progrès continu de la personne.

Réputation, aura, maturité intérieure

Les personnes qui accèdent au savoir et à la sagesse intérieure possèdent également une forte aura extérieure. Ces gens hors du commun ont appris à voir dans la vie quotidienne une source d'épanouissement et d'inspiration.

Les personnes qui vivent dans des maisons dont le secteur de la renommée est absent (cf. p. 75) peuvent avoir des problèmes d'image ou manquer d'optimisme.

► La lumière est un moyen particulièrement efficace pour renforcer ce domaine, tout comme les objets symbolisant la clarté, la lumière et l'inspiration. Les tableaux de grands artistes et un usage modéré de la couleur rouge sont également de bonnes solutions.

La maison idéale à l'endroit idéal

Ce qu'une maison et un siège confortable ont en commun

Un siège confortable se caractérise par un dossier solide, qui offre une protection idéale au dos et permet une détente optimale. Des accoudoirs latéraux augmentent encore le bien-être.

Le « principe du fauteuil »

Imaginons maintenant que vous puissiez prendre place dans ce fauteuil — à quels autres aspects accorderiez-vous de l'importance ?
« Il doit être stable. Il ne faut pas qu'il soit trop dur ; il doit aussi être adapté à ma corpulence. Son emplacement et son cadre doivent être ensoleillés, harmonieux et attrayants. J'aimerais, de ce fauteuil, pouvoir laisser vagabonder mon regard sur un lac...»
Ce « principe du fauteuil » est utilisé depuis des millénaires par les Asiatiques pour l'analyse des terrains et la construction des habitations, car l'importance qu'ils accordent à l'environnement est tout aussi grande, sinon plus, que l'intérêt qu'ils portent à l'intérieur des maisons.

Protection et énergie positive

La maison idéale est orientée du côté du soleil, ouverte sur le devant, et donne sur une étendue d'eau. Le dossier protecteur est offert par une montagne ou une colline. Deux montagnes plus éloignées, à gauche et à droite, offrent le soutien latéral nécessaire. (Le « devant » n'est pas nécessairement le côté de la porte d'entrée, mais souvent celui du jardin, avec une grande baie vitrée ; on détermine le côté gauche et le côté droit en regardant le « devant » depuis l'intérieur de la maison.)
Les premiers maîtres du Feng Shui ont donné aux différents éléments du paysage les noms évocateurs de Dragon, Tigre, Tortue et Phénix :

Dragon, Tigre et compagnie : les gardiens de votre maison

La Tortue : le « dossier » de la maison la protège comme la carapace d'une tortue. Il peut s'agir d'une rangée d'arbres, d'une maison voisine, d'une clôture ou d'une haie.
Le Phénix : devant la maison devrait se trouver une surface dégagée, terminée par le Phénix : un petit monticule de terre, un arbuste ou une



La maison idéale est située dans un cadre harmonieux, protégée sur l'arrière et sur les côtés, orientée côté soleil et donne sur une étendue d'eau.

petite statue. Un garage situé devant la maison, en revanche, bloque la circulation du Chi.

Le Dragon : il est le puissant gardien du côté gauche de la maison. Dans l'idéal, il doit être plus grand et plus puissant que le Tigre. Il doit se trouver à distance suffisante pour ne pas étouffer la maison par sa présence.

Le Tigre : il se trouve sur le côté droit de la maison et est plus doux, plus petit que le Dragon. Toute montagne, toute colline, tout objet peut jouer le rôle de Tigre ou de Dragon ; tout dépend de l'effet produit sur la maison. Au centre des grandes villes, où ne dominent ni montagnes, ni collines, ni arbres, ce sont souvent les constructions voisines qui font office de Dragon et de Tigre.

Le terrain idéal

Si vous avez la chance de pouvoir choisir...

Une habitation ne doit jamais être construite au sommet d'une colline et laissée sans protection : battue par les vents, elle sera abandonnée à une énergie inquiète, et la vie y sera plutôt instable et décalée. À l'inverse, quand une maison est bâtie au pied de collines ou de montagnes, leur masse peut se révéler oppressante ; de plus, ces endroits sont souvent humides et des brouillards s'y forment fréquemment.

Dans la plupart des cas, l'idéal est de trouver une position intermédiaire, ni tout en haut, ni tout en bas. Le terrain idéal doit offrir une bonne vue — dans le meilleur des cas, sur une étendue d'eau et présenter les facteurs

d'harmonie que sont le Dragon, le Tigre, le Phénix et, derrière la maison, la Tortue protectrice. Si certaines de ces conditions préalables ne sont pas réunies ou sont perçues comme des nuisances (comme une usine polluante), il est nécessaire de chercher des substituts ou des remèdes.

Créer soi-même des protections

▶ Ainsi, sur votre terrain, vous pouvez réaliser des plantations ou d'autres aménagements afin de créer un « substitut de Dragon ». Si vous n'avez pas de terrain, vous pouvez prendre des mesures symboliques au niveau de chaque fenêtre. Le Dragon absent peut être symbolisé par une belle et vigoureuse plante d'appartement posée sur le rebord de la fenêtre, le Phénix par un cristal arc-en-ciel (cf. p. 65) suspendu du côté de la façade, le Tigre par un objet métallique et la Tortue par une pierre.

La forme idéale du terrain

Toutefois, au-delà de la question de l'emplacement, la forme du terrain doit également être prise en considération. Un terrain idéal se caractérise par une forme homogène et harmonieuse, où l'énergie vitale du Chi peut circuler de façon optimale. Les terrains rectangulaires et carrés sont donc à recommander, contrairement aux surfaces asymétriques, triangulaires ou en L, qui peuvent entraîner des déséquilibres. En effet, plus un corps (ici, le terrain en question) est homogène et structuré, plus la vie qui s'y développe se révèle stable et féconde.

Bien choisir le type d'architecture

Bien choisir le style et les matériaux de sa maison

Le choix du type d'architecture doit faire l'objet d'une grande réflexion. Une maison doit s'intégrer de façon aussi harmonieuse que possible dans son environnement. Une architecture typique d'un paysage s'est toujours développée pour de bonnes raisons : il est opportun d'étudier ce style de près afin de bien choisir la forme de sa maison.
Aussi incroyable cela puisse-t-il paraître, une architecture mal choisie peut avoir de graves conséquences, qui se répercutent sur la vie professionnelle, la vie privée ou la santé. Pour trouver le meilleur style de construction possible, le paysage et la situation du terrain doivent être pris en compte. Tout paysage, tout milieu a ses caractéristiques propres, qui peuvent être décrites et définies au moyen des « cinq phases de transformation ».

■ La forme de l'édifice doit entretenir avec le milieu une relation harmonieuse et conforme au cycle de création. Si un Élément du milieu

Analyser la situation à l'aide des Cinq Éléments

domine un Élément de la construction, le destin des habitants sera difficile et semé d'embûches.

► Si vous souhaitez maintenant analyser votre habitat, vous devez commencer par identifier l'énergie la plus marquante de votre environnement. Ainsi, si votre maison se trouve dans une plaine, la Terre est l'Élément dominant ; si le paysage est varié, avec des collines ou des montagnes, l'Élément principal est l'Eau ; si la vue donne sur de nombreux arbres, l'Élément Bois prime ; avec une montagne au sommet pointu, le Feu l'emporte ; enfin, une colline isolée et arrondie ou une coupole stimule l'énergie du Métal (cf. tableau p. 34).

L'environnement doit « nourrir » la maison

Une fois l'Élément dominant du paysage identifié, vous pouvez déduire la forme de construction qui s'impose en vous aidant du cycle de création (cf. p. 33) : l'environnement doit « nourrir » la maison. Ainsi, dans un « paysage-Eau » vallonné, l'idéal serait une « maison-Bois », avec une tour, par exemple, ou peinte en vert, ou encore vraiment construite en bois.

Utiliser les Éléments intermédiaires pour atteindre l'harmonie

► De même, à l'intérieur de la maison, la forme des pièces et leur organisation doivent être en harmonie avec les énergies de l'environnement.

Le plan idéal

Des formes régulières et pleines

Tout comme le terrain sur lequel elle est bâtie, une construction doit être « saine », c'est-à-dire présenter un plan équilibré. Lorsqu'on analyse les plans des édifices anciens, on constate que les maîtres d'œuvre de l'époque connaissaient parfaitement cette règle. Ils concevaient des maisons aux lignes régulières, et s'ils ajoutaient des encorbellements ou de petites avancées, ces éléments étaient destinés à apporter davantage de vie à l'ensemble.

Les plans qui mènent à des problèmes

D'après l'expérience du Feng Shui, les lignes harmonieuses sont celles qui garantissent le plus de stabilité aux habitants d'une maison. La taille et le nombre des ajouts tels que les encorbellements et les vérandas doivent donc rester dans certaines limites, ce qui semble encore plus évident lorsqu'on les fait apparaître sur le Pa Kua (cf. p. 40). Un plan « éclaté », avec de nombreux angles et de multiples arêtes, ou encore en forme de L, peut mener à des manques et des problèmes. Tous les architectes doivent s'employer à éviter ce genre d'erreur, car ils construisent, après tout, les maisons des générations futures.

Une meilleure qualité de vie grâce à l'écologie

Choisir les meilleurs matériaux, utiliser l'énergie au mieux

Bien choisir les matériaux de sa maison peut avoir une influence déterminante sur la santé. Respecter des critères écologiques pour bâtir, rénover ou meubler une habitation permet d'améliorer la qualité de vie. L'architecture écologique s'emploie non seulement à réduire les polluants, mais aussi à économiser l'énergie et, de façon générale, à améliorer la qualité de l'air dans les pièces.

L'écologie est donc un complément idéal au Feng Shui. Toutefois, il manque souvent aux édifices construits uniquement d'après des principes écologiques cette harmonie intérieure qui nous est si nécessaire pour pouvoir mener une vie heureuse et active.

Lorsque les différents choix architecturaux ont pour seul point commun l'écologie, le résultat obtenu n'est pas harmonieux. Le Feng Shui permet de combler cette lacune, car il tient compte non seulement des réalités de l'environnement, mais aussi des besoins fondamentaux des occupants d'un lieu, ainsi que de leurs points faibles et de leurs points forts.

À ne pas oublier : l'histoire du lieu

Tout lieu a une histoire. Celle-ci est parfois malheureuse, ce qui explique que les personnes sensibles, dans un certain nombre d'appartements ou de maisons, disent ressentir une « impression bizarre ».

Les événements sont « enregistrés »

Tout événement survenu un jour dans un bâtiment ou sur un terrain y est enregistré sous forme de champ d'énergie. Les événements dramatiques tels que les suicides, les accidents et les crimes peuvent même continuer à produire un effet si fort que, des dizaines d'années plus tard, des énergies négatives sont toujours bloquées là où ils se sont produits. Si, lorsque vous vous trouvez à un endroit donné, vous faites des cauchemars à répétition ou vous avez des sentiments d'angoisse récurrents, vous devez prendre des mesures.

Prendre possession des lieux

► Organisez une « pendaison de crémaillère » au cours de laquelle vous congédierez symboliquement tous les esprits et prendrez vous-même possession des lieux. Cette cérémonie peut libérer une construction de son histoire, et vous serez surpris de constater combien votre environnement vous semblera soudain clair et dégagé. Vous trouverez p. 56 et 75 des conseils simples pour purifier les énergies de votre environnement.

Nos ancêtres, dans toutes les cultures, connaissaient des méthodes destinées à purifier l'énergie des maisons. Ils accomplissaient des rituels avant d'emménager dans une demeure et procédaient régulièrement à des « purifications énergétiques ». Notre grand nettoyage de printemps est un vestige de ces pratiques : l'objectif était que la nouvelle année entre de façon aussi libre et dégagée que possible dans le printemps, saison de croissance et de floraison.

Le jardin

Votre réserve personnelle d'énergie

Les plantes en bonne santé sont le symbole de la vitalité et de l'exubérance de la nature. Un jardin harmonieux et plein de vie peut devenir votre « réserve personnelle d'énergie ».
Tout buisson, toute fleur et tout arbre contribuent à augmenter le Chi de votre jardin ; celui-ci doit donc être luxuriant et varié (vous trouverez des conseils de plantation p. 74 et suivantes).

Lorsque tout fleurit autour de la maison, le Chi est très fort, ce qui contribue à l'abondance en général et à une bonne circulation de l'énergie

Du mauvais Chi autour de chez vous ?

Le Chi des rues

En règle générale, dans tous les lieux où règne une grande activité, le niveau d'énergie est très élevé. Selon sa nature, celle-ci produit un effet bénéfique ou néfaste. Une autoroute n'aura pas la même influence sur votre environnement qu'une petite route de campagne qui serpente doucement à travers le paysage : elle sera source de davantage d'agitation et, par conséquent, de mauvais Chi (cf. p. 25).

Les autoroutes énergétiques et le mauvais Chi

Lorsque de longues lignes droites telles que des rues, des canaux ou des voies sans issue débouchent directement sur votre maison, un grand courant d'énergie vient la frapper de plein fouet. Les pointes et les arêtes des maisons voisines sont aussi des sources de mauvais Chi, à l'influence néfaste. Le Shar Chi peut être utilisé à des fins malintentionnées,

Une meilleure qualité de vie grâce à l'écologie

Choisir les meilleurs matériaux, utiliser l'énergie au mieux

Bien choisir les matériaux de sa maison peut avoir une influence déterminante sur la santé. Respecter des critères écologiques pour bâtir, rénover ou meubler une habitation permet d'améliorer la qualité de vie. L'architecture écologique s'emploie non seulement à réduire les polluants, mais aussi à économiser l'énergie et, de façon générale, à améliorer la qualité de l'air dans les pièces.

L'écologie est donc un complément idéal au Feng Shui. Toutefois, il manque souvent aux édifices construits uniquement d'après des principes écologiques cette harmonie intérieure qui nous est si nécessaire pour pouvoir mener une vie heureuse et active.

Lorsque les différents choix architecturaux ont pour seul point commun l'écologie, le résultat obtenu n'est pas harmonieux. Le Feng Shui permet de combler cette lacune, car il tient compte non seulement des réalités de l'environnement, mais aussi des besoins fondamentaux des occupants d'un lieu, ainsi que de leurs points faibles et de leurs points forts.

À ne pas oublier : l'histoire du lieu

Tout lieu a une histoire. Celle-ci est parfois malheureuse, ce qui explique que les personnes sensibles, dans un certain nombre d'appartements ou de maisons, disent ressentir une « impression bizarre ».

Les événements sont « enregistrés »

Tout événement survenu un jour dans un bâtiment ou sur un terrain y est enregistré sous forme de champ d'énergie. Les événements dramatiques tels que les suicides, les accidents et les crimes peuvent même continuer à produire un effet si fort que, des dizaines d'années plus tard, des énergies négatives sont toujours bloquées là où ils se sont produits. Si, lorsque vous vous trouvez à un endroit donné, vous faites des cauchemars à répétition ou vous avez des sentiments d'angoisse récurrents, vous devez prendre des mesures.

Prendre possession des lieux

► Organisez une « pendaison de crémaillère » au cours de laquelle vous congédierez symboliquement tous les esprits et prendrez vous-même possession des lieux. Cette cérémonie peut libérer une construction de son histoire, et vous serez surpris de constater combien votre environnement vous semblera soudain clair et dégagé. Vous trouverez p. 56 et 75 des conseils simples pour purifier les énergies de votre environnement.

Nos ancêtres, dans toutes les cultures, connaissaient des méthodes destinées à purifier l'énergie des maisons. Ils accomplissaient des rituels avant d'emménager dans une demeure et procédaient régulièrement à des « purifications énergétiques ». Notre grand nettoyage de printemps est un vestige de ces pratiques : l'objectif était que la nouvelle année entre de façon aussi libre et dégagée que possible dans le printemps, saison de croissance et de floraison.



Lorsque tout fleurit autour de la maison, le Chi est très fort, ce qui contribue à l'abondance en général et à une bonne circulation de l'énergie

Le jardin

Votre réserve personnelle d'énergie

Les plantes en bonne santé sont le symbole de la vitalité et de l'exubérance de la nature. Un jardin harmonieux et plein de vie peut devenir votre « réserve personnelle d'énergie ».
Tout buisson, toute fleur et tout arbre contribuent à augmenter le Chi de votre jardin ; celui-ci doit donc être luxuriant et varié (vous trouverez des conseils de plantation p. 74 et suivantes).

Du mauvais Chi autour de chez vous ?

Le Chi des rues

En règle générale, dans tous les lieux où règne une grande activité, le niveau d'énergie est très élevé. Selon sa nature, celle-ci produit un effet bénéfique ou néfaste. Une autoroute n'aura pas la même influence sur votre environnement qu'une petite route de campagne qui serpente doucement à travers le paysage : elle sera source de davantage d'agitation et, par conséquent, de mauvais Chi (cf. p. 25).

Les autoroutes énergétiques et le mauvais Chi

Lorsque de longues lignes droites telles que des rues, des canaux ou des voies sans issue débouchent directement sur votre maison, un grand courant d'énergie vient la frapper de plein fouet. Les pointes et les arêtes des maisons voisines sont aussi des sources de mauvais Chi, à l'influence néfaste. Le Shar Chi peut être utilisé à des fins malintentionnées,

Les plantes, sources de Chi

Des accessoires d'un genre particulier

Les plantes sont des organismes vivants, et des découvertes récentes ont montré qu'elles possèdent une forme de conscience. De nombreuses personnes peuvent donc développer des relations particulièrement intenses avec elles. Si l'on demande à ces personnes quel est le secret de la beauté de leurs plantes, elles répondent toujours qu'elles prennent le soin de leur parler.

Quand les plantes tombent malades

Stagnation du Chi

Si des plantes saines augmentent le Chi de votre environnement, des plantes malades produisent l'effet inverse. La maladie révèle une stagnation du Chi.

Les plantes symbolisent la croissance, le renouveau, la force et la vitalité. Quand elles tombent malades, leur propriétaire doit toujours y voir un message. Tout étant lié, le dépérissement soudain d'un arbre, par exemple, ne peut survenir sans raison. Même si vous trouvez une autre explication plausible (pluies acides, présence de parasites sous l'écorce, arrosage insuffisant, pucerons, racines endommagées, etc.), n'oubliez pas qu'elle n'est qu'un aspect d'une longue série d'enchaînements de cause à effet, dont vous êtes vous-même partie prenante (cf. p. 26).

Un signe important pour les habitants d'un lieu

Après tout, il s'agit de votre terrain, de votre maison et de vos plantes. Une maladie peut donc signaler de grands déséquilibres dans la vie du propriétaire d'une maison ou de graves problèmes au sein d'une entreprise — autant d'effets de la stagnation du Chi. Il est donc utile de se demander quand, où et dans quelles circonstances telle plante a réagi de telle façon.

Soigner plutôt que jeter

► Il vaut mieux soigner que jeter ! Ceux qui s'occupent de leurs plantes même quand elles sont malades en retirent une grande joie, et ont généralement une vie équilibrée. Se contenter de se débarrasser de vos plantes malades serait tout aussi peu intelligent que démonter le voyant indiquant le niveau d'huile de votre voiture parce qu'il est allumé.

comme le montre l'exemple de la Banque de Chine, à Hong Kong (cf. p. 11). Le bâtiment lui-même est bien alimenté par l'énergie de l'environnement, mais la rumeur veut que ses angles aigus nuisent délibérément à l'environnement, car ils « coupent », en particulier, la résidence du Gouverneur anglais — or, l'avant-dernier est décédé pendant la construction de l'édifice, le dernier a rencontré de graves problèmes…

► Plus il existe de facteurs extérieurs de nuisance et de stress, plus il est nécessaire de prendre des mesures de transformation et de protection. Celles-ci peuvent prendre la forme d'une décoration traditionnelle de l'entrée à l'aide de symboles protecteurs (cf. p. 77) ou encore d'accessoires qui, par leur action stimulante, renforcent l'énergie de la maison. (cf. p. 59).

Les nuisances du voisinage

Toute modification architecturale dans votre voisinage modifie le Chi du quartier. Par conséquent, si dans votre environnement apparaît un nouveau bâtiment public ou toute autre construction que vous ressentez personnellement comme une gêne, vous devez, là encore, chercher des remèdes. L'important est que vous ne soyez pas affecté, quel que soit le degré de nocivité de la construction.

► Aménagez votre intérieur de façon à ce qu'il soit accueillant, et faites en sorte que lorsque vous regardez en direction de la fenêtre, votre attention soit attirée par des objets que vous appréciez particulièrement. Cela vous remontera le moral, donc exercera sur vous une influence positive.

Que faire en cas de nuisances sonores ?

Les nuisances sonores entraînent également une perte d'énergie ; par conséquent, vous devez, si nécessaire, faire poser des fenêtres à double vitrage, qui vous protégeront contre le bruit. Veillez également à ce que des sons agréables retentissent dans vos différentes pièces, grâce à un carillon ou encore à une fontaine d'intérieur au clapotis apaisant.

La base de la « vie intérieure »

L'énergie doit circuler librement

À l'intérieur de la maison tout comme à l'extérieur, l'énergie doit pouvoir circuler aussi facilement et aussi librement que possible, en partant de l'entrée pour aller de pièce en pièce. L'harmonie doit donc régner entre les différents espaces ; les éléments qui y contribuent le plus sont un éclairage bien pensé (cf. p. 61), un mobilier adapté (cf. p. 55 et p. 79 et suivantes), un espace suffisant pour pouvoir se déplacer facilement, un bon rangement (cf. p. 55) et des couleurs bien choisies (cf. p. 67).

La chambre doit-elle se trouver dans le secteur des relations humaines ?

Le Pa Kua ne détermine pas l'emplacement des pièces

Le Pa Kua ne détermine pas l'endroit où une pièce doit se situer mais donne uniquement des informations sur l'état d'un secteur : en d'autres termes, il indique si celui-ci est faible, équilibré, ou fort (cf. p. 40). Ainsi, le secteur des relations humaines peut accueillir aussi bien la chambre d'enfant que le salon ou la cuisine. Cependant, il importe que la pièce qui s'y trouve soit utilisée et entretenue de façon harmonieuse et régulière. Lorsque des mesures adaptées permettent au Chi de bien circuler dans une pièce, le secteur qui lui correspond — ici, celui des relations humaines — est stimulé de façon positive. Ce serait mal comprendre le Feng Shui que de croire que la chambre d'enfant doit nécessairement se trouver dans le secteur des enfants, le bureau ou le coffre-fort dans le secteur de la richesse, et la chambre d'amis destinée à accueillir les parents dans le secteur de la famille.

Le plus important : une utilisation régulière

Toutefois, si certaines des pièces de votre maison sont vides ou ne sont utilisées que rarement, il serait judicieux de les utiliser plus souvent, car, dans une certaine mesure, elles représentent vos possibilités inexploitées. Il est possible de déterminer l'emplacement idéal de chaque pièce ; toutefois, cela exige de compléter les mesures évoquées dans le présent ouvrage par d'autres méthodes d'analyse. Plus complexes, ces méthodes font appel à l'environnement, aux points cardinaux et à l'énergie de naissance des personnes concernées.

Se sentir bien dans ses meubles

Tout objet destiné à l'ameublement ou à l'éclairage ne remplit sa fonction que s'il répond parfaitement aux besoins des occupants des lieux.

Pour une circulation idéale du Chi et un confort optimal

► D'une part, l'espace doit rester aussi dégagé que possible à l'intérieur de la maison, car un trop grand nombre de meubles gêne la circulation du Chi. D'autre part, la disposition du mobilier doit répondre à des exigences à la fois pratiques et esthétiques.
Toutefois, si l'emplacement, la forme, la couleur, le matériau et le prix sont autant de critères à considérer, les désirs personnels doivent être pris en compte en priorité. Si vous souhaitez avoir un intérieur très moderne, mais espérez secrètement y faire des câlins, évitez les meubles design étincelants, en verre ou en acier chromé. Préférez-leur des formes, des couleurs et des matériaux qui vous offrent le maximum de confort.
Les meubles aux formes rondes favorisent la circulation du Chi et créent une atmosphère harmonieuse. Évitez les meubles aux arêtes aiguës, qui dirigent le mauvais Chi (cf. p. 25) vers votre siège ou votre lit, ou dissimulez ces angles derrière des plantes ou des objets décoratifs.
L'éclairage doit être adapté à la fonction de chaque pièce (cf. p. 61).

Créer des « relations claires »

Les meilleures mesures de Feng Shui ne peuvent agir si votre appartement est trop chargé. Tous les objets sont porteurs de Chi et leur accumulation peut entraîner une surcharge d'énergie dans la maison.

Important : séparez- vous de vos vieilleries

► Vous devez par conséquent vous débarrasser régulièrement de vos vieilleries, qu'il s'agisse de vêtements, de journaux, de tableaux, de vaisselle, de meubles inutiles ou de souvenirs poussiéreux. Tous ces objets symbolisent votre passé et bloquent votre présent et votre avenir. Plus vos murs et vos sols seront encombrés de « bric-à-brac », plus il vous sera difficile de trouver de la place dans votre vie pour la nouveauté.

● Donnez les objets réutilisables à une organisation caritative ou vendez-les, si vous préférez cette solution. Toutefois, veillez à ne jamais insister pour que quelqu'un accepte en cadeau un objet que vous n'ai-

mez plus vous-même. La personne doit être libre de refuser comme vous êtes libre de donner.

Les antiquités peuvent avoir une influence néfaste

- La plupart des vieux meubles ont un passé très agité et parfois lourd derrière eux. Leur histoire est comme enregistrée dans le bois de façon invisible et influence la pièce. Cela explique qu'un grand nombre d'antiquités produisent un effet très pesant et très oppressant et que beaucoup de personnes se sentent mal en leur présence, même si leur apparence extérieure est somptueuse.
- Que vous souhaitiez libérer des meubles de l'énergie néfaste du passé ou tout simplement faire le ménage, l'eau additionnée de vinaigre ou de citron est un moyen très efficace.

Purifier l'énergie à l'aide de vinaigre, de citron ou d'huile essentielle de rose

Ajoutez le jus d'un citron ou une giclée de vinaigre à votre eau de lavage ; mouillez légèrement un chiffon avec ce mélange, puis essuyez soigneusement l'intérieur et l'extérieur de vos meubles.

- Une autre solution excellente pour neutraliser vos meubles et l'ensemble de l'appartement est l'huile essentielle de rose, dont les vibrations frêles et aiguës exercent une influence particulièrement positive sur la qualité de l'énergie des pièces.

Versez dans une petite bouteille en verre teinté 1 ml d'huile essentielle de rose 100 % pure et 10 ml d'alcool pur, puis laissez tomber 3 à 5 gouttes de ce mélange dans un seau d'eau propre.

Avec « l'eau de rose » obtenue, vous pourrez nettoyer régulièrement toutes les « impuretés » accumulées au fil du temps dans votre appartement. Elle est capable de faire disparaître jusqu'aux énergies néfastes les plus tenaces, les plus imprégnées dans les murs, les tableaux et les tapis.

Ordre et propreté : des sources d'énergie positive

- La saleté sous toutes ses formes, qu'il s'agisse de vaisselle non lavée, de poussière ou de vitres ternes, attire des énergies et des événements troubles dans votre vie. La propreté, au contraire, a une influence très bénéfique — jusqu'à un certain degré : en effet, un ménage trop méticuleux, trop maniaque, aura plutôt l'effet inverse.
- L'ordre contribue également à la pureté du flux d'énergie. Avant de stocker quelque chose, demandez-vous systématiquement si cela est bien judicieux. Beaucoup trop d'objets restent ainsi dans nos maisons pour la simple raison que nous n'avons pas su nous en débarrasser à temps.

Livres et tableaux ont besoin d'espace

- Les rayonnages de livres ne doivent pas écraser la pièce et ont besoin d'espace pour respirer. Faites de la place sur vos étagères pour d'autres objets agréables à l'œil tels que des bibelots, des vases, des fleurs, des cristaux, etc. Votre bibliothèque y gagnera en vitalité et l'énergie pourra à nouveau circuler sans entrave.

● Les tableaux ne doivent pas surcharger les murs. Ils n'ont d'influence positive que s'ils sont suffisamment éloignés les uns des autres.


Une bibliothèque aérée permet à l'énergie de circuler

Les émissions électromagnétiques

Les nuisances dues aux émissions électromagnétiques des lignes électriques, des prises de courant et des appareils électroménagers sont prises de plus en plus au sérieux. Un nombre croissant d'éléments laisse penser que ces appareils peuvent avoir une influence néfaste sur l'être humain. Les symptômes peuvent prendre la forme de troubles du sommeil, d'un affaiblissement du système immunitaire ou de maux de tête. De nombreux autres troubles et maladies sont associés aux émissions électromagnétiques et font actuellement l'objet de recherches.

Se protéger contre les émissions électromagnétiques : une nécessité

► La meilleure protection consiste à affaiblir ces rayonnements et à garder vos distances par rapport aux prises de courant et aux appareils électroménagers. Les lits, en particulier, doivent être aussi éloignés que possible des sources de rayonnement ; aussi installe-t-on de plus en plus souvent des dispositifs spéciaux, appelés « interrupteurs automatiques de champ », dans le circuit électrique des chambres à coucher. Ainsi, lorsqu'on éteint, le soir, le dernier appareil ou la dernière lampe, le courant est automatiquement coupé sur l'ensemble de l'installation électrique de la pièce, ce qui permet de passer une nuit tranquille, avec un niveau de perturbations électromagnétiques aussi réduit que possible. Pour en savoir plus au sujet des émissions électromagnétiques, n'hésitez pas à consulter un architecte écologiste ou un électricien spécialisé.

Eaux souterraines et autres zones de perturbation

Les courants d'eau souterrains et les autres zones de perturbation font

également l'objet d'une surveillance grandissante. Il est de plus en plus fréquent que des radiesthésistes ou des sourciers soient chargés, dès la visite d'un terrain à bâtir, de désigner les espaces exempts de perturbations. Un nombre croissant de personnes se préoccupent également de déterminer si, dans les constructions existantes, les lits et les sièges sont placés à des endroits nocifs, et, après analyse, changent leur lit ou leur bureau de place. Ces mesures permettent souvent d'améliorer la santé et parfois de supprimer les problèmes d'insomnie. Toutefois, se contenter de chercher à localiser ce type d'énergies nocives dans son appartement n'est pas suffisant, car celles-ci ne concernent qu'un aspect mineur de votre espace vital. En revanche, associer cette recherche aux principes du Feng Shui est idéal, car celui-ci s'intéresse aussi aux espaces-force d'un lieu — une attitude bien différente de celle qui consiste à s'intéresser uniquement aux nuisances.

Localiser les zones chargées d'énergies nocives

Les espaces-force d'une pièce

Nos ancêtres préhistoriques se sont très vite rendus compte que les grottes étaient des lieux plus propices au sommeil et au repos que les plaines. Ils se sont donc installés à l'intérieur des cavernes et se sont toujours tenus près des parois, de façon à avoir le dos protégé et à pouvoir surveiller l'entrée.

Le « principe de la caverne »

Nous portons toujours en nous, sous forme de modèle comportemental inconscient, cette expérience ancestrale. Ce n'est pas un hasard si, dans les restaurants, les places situées contre les murs sont les plus demandées, alors que les clients évitent généralement les tables centrales.

Ce comportement permet de déduire l'aménagement idéal de toute pièce : les meubles doivent toujours être placés et orientés de façon à ce que les occupants puissent profiter des endroits les plus harmonieux, en d'autres termes des espaces-force des différentes pièces.

Dos protégé, vue panoramique

► Le meilleur endroit d'une pièce est celui où le dos est protégé et où toutes les portes et fenêtres sont visibles d'un seul coup d'œil. C'est ainsi que l'on devrait dormir, que les enfants devraient apprendre leurs leçons, et que l'on détermine l'espace-force de son salon, de la table familiale ou de son lieu de travail.

Les accessoires qui renforcent le Chi

Pour compenser les déséquilibres, les faiblesses ou les secteurs manquants à l'intérieur d'une maison ou d'un appartement, divers accessoires peuvent être utilisés.

Tout dépend de ce que vous associez à un objet

Tout objet que vous aimez, qu'il s'agisse d'un simple galet ou d'un poème écrit sur une feuille, peut représenter pour vous la solution idéale à vos problèmes, à partir du moment où vous entretenez avec cet objet une relation privilégiée, parce qu'il évoque un souvenir agréable ou tout simplement parce que vous le trouvez beau. En effet, à chaque fois que vous regardez un objet de ce genre, il vous transmet une énergie positive.

► Par conséquent, l'idéal est de chercher vos accessoires de Feng Shui dans votre propre environnement, car pour que leur action soit optimale, il faut qu'ils soient liés à vous sur le plan émotionnel.

Des accessoires standard, adaptés à notre culture

Toutefois, il existe quelques accessoires spécifiques qui se sont imposés comme des remèdes standard et peuvent être utilisés à de multiples fins. Décrits ci-après, ces accessoires sont extrêmement efficaces et doivent donc être utilisés avec prudence et intuition. Si, comme la plupart des nouveaux adeptes du Feng Shui, vous n'êtes pas très sûr des endroits où vous souhaitez apporter des modifications ni de la façon dont vous allez procéder, vous pouvez réaliser de premières expériences avec ces dispositifs. Soyez attentif à vos sensations et surveillez ce qui se passe pendant que vous appliquez les remèdes de Feng Shui et après. Si vous n'êtes pas satisfait de l'emplacement choisi pour votre accessoire, déplacez-le et reprenez vos observations.

Observez ce qui se passe

Bonne chance !

Conseils d'achat

Un nombre croissant de magasins de Feng Shui, ainsi que de boutiques et de librairies spécialisées dans l'Orient, proposent des accessoires spéciaux destinés à modifier l'énergie des pièces. Toutefois, ces magasins mettent trop souvent l'accent sur les produits de la vieille école chinoise (flûtes en bambou, éventails, amulettes...). Je vous recommande plutôt de leur préférer les magasins proposant les accessoires occidentaux de Feng Shui présentés dans ce livre.

Les carillons renforcent le Chi et le guident dans l'espace. Dans l'idéal, la taille du carillon doit être proportionnelle à celle de la pièce ou de la fenêtre



Les sons changent le monde

Tout comme le son des cloches d'une église a un effet sur l'environnement, l'utilisation judicieuse de certains instruments qui produisent des sons harmonieux peut renforcer le Chi d'un appartement.

Dans de nombreux magasins, l'ouverture de la porte d'entrée déclenche un signal sonore. Celui-ci est à la fois une façon de souhaiter la bienvenue au visiteur et de signaler au vendeur la venue d'un client. Il sert également à marquer la limite entre le monde intérieur et le monde extérieur. Le son indique l'entrée dans un nouveau périmètre.

Le son produit doit être clair et pur

- Les carillons et autres sources de sons harmonieux (comme les instruments de musique) augmentent le Chi d'une pièce. Ils doivent dégager une impression de clarté et de pureté. Les carillons métalliques sont donc préférables aux carillons faits de coquillages, de verre, de bois ou de céramique, qui, la plupart du temps, produisent un son trop sourd.
- Si vous suspendez un carillon à côté d'une porte, veillez à ce que celle-ci, en s'ouvrant, ne vienne pas le heurter avec fracas : ce serait une source de stress, et l'harmonie recherchée ne serait pas au rendez-vous. Le carillon doit être installé de façon à être mis en mouvement par le courant d'air produit lors de l'ouverture de la porte.

Vous trouverez également des carillons spéciaux, appelés « harpes de porte », qui se fixent directement sur la porte et se déplacent en même temps qu'elle.

- Il existe encore des carillons de grande taille qui peuvent être utilisés dans les vérandas ou sur les balcons et les terrasses pour freiner les flux sortants du Chi.
- Ces grands modèles peuvent également servir à diviser un espace en plusieurs parties lorsque divers domaines contradictoires, comme la table de travail et le lit, se trouvent dans la même pièce.
- Vous devez absolument tester vos carillons à l'oreille vous-même, car

chacun a sa propre notion de ce qu'est un son harmonieux. Commander un carillon sur catalogue est donc souvent une source de déception.

Le pouvoir de guérison de la lumière

Nous sommes des « êtres de lumière », et toutes les générations qui nous ont précédés ont été bien plus souvent à l'air libre, donc soumises à l'influence du soleil, que nous ne le sommes actuellement. Le nombre important de dépressions enregistrées chez les Européens au cours des tristes mois d'automne et d'hiver est essentiellement lié au manque criant de lumière naturelle.

Un bienfait pour l'âme

Selon le Feng Shui, choisir un éclairage adapté est donc un des meilleurs remèdes qui soient. Une pièce accueillante et claire exerce une influence bénéfique sur notre moral, alors qu'un environnement trop sombre rend dépressif, mélancolique et amorphe. Dans un tel milieu, le Chi stagne, tout comme, au fil du temps, le destin des personnes qui y vivent ou y travaillent.

Plus il y a de lumière, mieux c'est

- À chaque fois qu'une ampoule grille, remplacez-la par une ampoule plus forte, et ce jusqu'à ce que l'appartement tout entier soit devenu plus clair. La règle de base à respecter est qu'une pièce à l'ameublement sombre exige deux fois plus de lumière qu'une pièce au mobilier clair.
- L'esthétique seule ne suffit pas, surtout si elle est choisie au détriment de la clarté. Les dispositifs d'éclairage doivent toujours être choisis en fonction de leur puissance. Les lampes fermées tendent à surchauffer et ne supportent pas, en règle générale, les ampoules trop puissantes.

Un éclairage d'ambiance

- Essayez d'améliorer l'ambiance de vos pièces en variant les sources d'éclairage. Des lampadaires, des lampes qui éclairent le plafond ou des lumières indirectes

Bilan énergétique

Si un éclairage puissant consomme beaucoup d'électricité, il exerce également, de façon indirecte, une influence positive sur l'environnement. Un milieu pauvre en lumière, où le Chi est faible, amène à chercher des compensations à travers des objets dont la production et l'élimination sont très nuisibles pour l'environnement : le shopping, les fringales et les loisirs comme la moto, en fin de compte, se révèlent bien plus coûteux en énergie qu'un bon éclairage. Les lampes à économie d'énergie posent des problèmes de recyclage et exercent une influence négative sur la qualité de l'air. Elles doivent donc rester à l'écart des espaces habités, tout comme les transformateurs des lampes halogènes.

peuvent remettre en valeur certaines pièces. Des sources d'éclairage diverses permettent également, selon les besoins, qu'une pièce soit très claire ou ait un caractère intime, propice à la tendresse.

- Les recoins, en particulier, ne doivent pas être sombres, sans quoi l'énergie tend à y stagner, ce qui se répercute de façon négative sur l'ensemble de la maison.
- Un lampadaire dont la lumière est orientée vers le haut peut souvent atténuer l'impression d'écrasement produite par un plafond ou l'influence néfaste d'une poutre saillante.
- Il est particulièrement important que l'accès à la porte d'entrée, à l'intérieur comme à l'extérieur, soit bien éclairé. Une personne accueillie pendant des années par une pièce sombre attendra peu de la vie et se contentera de choses médiocres.

Veillez à ce qu'il y ait des fleurs chez vous en toute saison — en hiver, pensez aux amaryllis, aux azalées ou aux orchidées

Les plantes apportent la vie dans la maison

Tirer parti de la force vitale de la nature

Parce qu'elles symbolisent la vitalité de la nature, les plantes saines augmentent le Chi à l'intérieur d'une maison, tout autant que sur un terrain à la végétation variée.

- À l'intérieur, les plantes peuvent stimuler les recoins peu animés et neutraliser les angles aigus.
- Placées près des fenêtres, elles aident à éviter une déperdition d'énergie (cf. p. 24) ; les vérandas, en particulier, profitent de leur présence sur le plan énergétique. Toutefois, les plantes ne doivent pas cacher complètement la fenêtre, sans quoi la circulation du Chi en est affectée.



- Les plantes à feuilles pointues ou à épines, comme les yuccas ou les cactus, ne doivent pas être placées trop près des sièges ou d'espaces très utilisés, afin d'éviter les effets du mauvais Chi (cf. p. 25).

Des plantes aux bienfaits particuliers

- Les tilleuls d'appartement exercent une influence très bénéfique sur le champ énergétique humain. Ils nourrissent et renforcent l'aura.
- Le chlorophytum, la sansevieria, le philodendron, l'aloe vera et le lierre purifient l'air en absorbant les éléments toxiques tels que le formaldéhyde, le benzène et le trichloréthylène.
- Les fleurs symbolisent la générosité et l'exubérance de la nature. Ce sont des moyens idéaux pour renforcer

le Chi ; elles agissent immédiatement. Veillez donc à ce que votre intérieur soit toujours fleuri, que vous ayez des plantes en pot ou des fleurs coupées.

- Plus vos plantes sont saines, plus le Chi circule facilement dans votre appartement (voir aussi p. 52).
- Les fleurs séchées sont le symbole d'une vie desséchée et ne doivent être utilisées comme éléments de décoration qu'avec modération. Les fleurs artificielles en soie ou en bois peint, à condition qu'elles soient particulièrement belles et qu'elles semblent si vraies qu'on pourrait s'y tromper, peuvent se révéler un bon substitut symbolique lorsque les vraies plantes d'appartement poussent mal dans un endroit.

Fleurs séchées et fleurs artificielles

La magie du miroir

Dès leur invention, les miroirs ont été employés comme des objets magiques. Nos ancêtres utilisaient le pouvoir réfléchissant de tout ce qui brille : morceaux de coquillage, pierres ou métaux polis. Les miroirs offrent de très grandes possibilités et leur usage peut être adapté à chaque situation.

Réflexion : le pouvoir réfléchissant des miroirs peut être utilisé à des fins de protection contre l'influence nocive du Shar Chi (cf. p. 25). Il faut alors équiper l'extérieur de la maison — façade, porte d'entrée, jardin — de matériaux réfléchissants. Les heurtoirs en laiton poli, les plaques nominatives métalliques ou encore les torches de jardin en métal brillant sont autant de possibilités. Toutefois, le rayon d'énergie reflété ne doit pas être renvoyé directement sur celui qui en est la cause, car cela ne ferait, selon le principe de l'enchaînement des causes et des effets, qu'entraîner de nouveaux problèmes. La solution idéale consiste donc à recourir à des miroirs convexes, c'est-à-dire arrondis vers l'extérieur, bombés. Ceux-ci dispersent le Shar Chi et le rendent ainsi inoffensif.

Une protection contre le Shar Chi

Attraction : dans la mesure où un miroir représente ce qui lui fait face, il peut également, dans un certain sens, attirer l'énergie. Par conséquent, il peut attirer dans la maison l'énergie des choses particulièrement belles, comme celle d'un beau paysage. L'important est ce que vous associez à cette image (cf. p. 59).

Refléter le Beau

Élargissement : les pièces étroites et les cloisons qui bloquent le passage peuvent être « ouvertes » à l'aide de miroirs. De même, les miroirs peuvent recharger en énergie les secteurs manquants du Pa Kua. Ils sont l'un des accessoires les plus importants du Feng Shui.

Une solution contre les secteurs étroits ou manquants

Un moyen pour voir derrière vous

Maîtrise : pour surveiller visuellement un espace situé derrière vous, vous pouvez vous aider d'un miroir de petite taille, semblable à un rétroviseur de voiture, qui vous permettra de voir ce qui se passe dans votre dos. Cela vous donnera une impression de maîtrise des événements et de sécurité.

Bien choisir son miroir

- Le miroir de la salle de bains doit être suffisamment grand pour refléter toute la partie supérieure du corps, y compris la poitrine, et laisser un espace de 30 à 40 cm tout autour, afin que l'aura invisible soit également perceptible.
- Les enfants aussi aiment se regarder dans les miroirs. Installez donc à leur intention un miroir facilement accessible, près du sol, sur la porte de la salle de bains, par exemple.
- Les miroirs divisés en plusieurs carreaux et les armoires de salles de bains en plusieurs parties sont peu indiqués, car ils renvoient une image éclatée, ce qui, sans que vous en ayez conscience, exerce une influence négative sur l'image que vous avez de vous-même et sur votre équilibre.
- Les miroirs en verre fumé renvoient une image trouble et sont donc à réserver à un usage subalterne. Les miroirs doivent toujours être propres.

La spirale d'ADN augmente considérablement l'énergie

Les spirales d'ADN augmentent l'énergie vitale

Une représentation des principes universels de l'énergie

Les données génétiques, et donc certaines informations vitales, sont enregistrées dans ce qu'on appelle l'ADN (l'acide désoxyribonucléique). Celui-ci ressemble à une double spirale traversée par de multiples barres et se retrouve à des millions d'exemplaires dans notre corps. Il est la représentation des principes universels de l'énergie et cache encore de nombreux secrets. La présence d'une reproduction simplifiée de cette double hélice d'ADN entraîne une énorme augmentation de l'énergie qui circule dans une pièce, voire dans tout un appartement.



Le mouvement apparemment ininterrompu de l'objet exerce une grande fascination sur de nombreuses personnes et déclenche chez elles une résonance positive.

- Lorsqu'elles sont placées au centre de la maison (cf. p. 43), les spirales d'ADN augmentent le niveau d'énergie et ont un effet équilibrant.
- Lorsqu'elles sont accrochées au-dessus de plantes, elles en augmentent la vitalité — essayez, vous verrez !

● La spirale produit un rayonnement vertical qui relie le ciel et la terre et nous aide à la fois à garder les pieds sur terre et à nous ouvrir spirituellement.

Les cristaux arc-en-ciel apportent la joie dans la maison

Lorsque la lumière tombe sur un prisme de verre, elle se décompose en une suite de couleurs identiques à celles du spectre de l'arc-en-ciel. On peut reproduire cet effet en plaçant devant une fenêtre, au soleil, des cristaux arc-en-ciel, morceaux de cristal de verre spécialement taillés de façon à présenter de multiples facettes.

Renforcer l'énergie des pièces

● Grâce à leur forme géométrique parfaite, ces cristaux répartissent harmonieusement dans toute la pièce les taches de couleur qu'ils font apparaître ; ils augmentent l'énergie des lieux et émettent des vibrations très douces et très gaies. Les formes les plus courantes sont celles de la sphère ou de la goutte d'eau, mais les étoiles à cinq branches, les cœurs et les cristaux de forme ovale sont également très appréciés.

Lorsque la lumière tombe sur un cristal arc-en-ciel, elle fait apparaître, comme par magie, de nombreuses taches lumineuses et colorées dans la pièce

● Les cristaux arc-en-ciel peuvent activer les recoins peu animés, surtout s'ils sont associés à un bon éclairage (cf. p. 61).

Freiner le Shar Chi

● Leur emploi est particulièrement indiqué pour freiner et neutraliser le mauvais Chi ou Shar Chi, qui apparaît, par exemple, dans les longs couloirs ou en cas de courant d'air entre une porte et une fenêtre (cf. p. 25).

● Placés devant des fenêtres orientées au sud ou à l'ouest, ils interceptent la lumière directe et crue du soleil et contribuent à protéger la pièce contre une surcharge d'énergie.

● Pour une efficacité optimale, les cristaux doivent être propres et présenter une surface parfaitement intacte, non rayée.

● À l'aide d'un fil et d'une punaise, vous pouvez très facilement les fixer au cadre de la fenêtre ou les suspendre directement au plafond. Évitez toutefois de les attacher juste au-dessus d'un siège.

Les cristaux, ambassadeurs étincelants de la terre

Chacun sait que les vibrations émises par les pierres précieuses ont des vertus thérapeutiques et dynamisantes. Aussi les cristaux de roche, les améthystes, le quartz rose et de nombreux autres représentants du règne

Des vibrations qui guérissent et donnent de l'énergie

minéral sont-ils utilisés à des fins curatives. Les vibrations produites varient en fonction de la couleur, de la forme et de la structure du cristal. Aussi les différents cristaux influencent-ils des parties très diverses de notre corps ou de nos couches les plus subtiles, notre aura.
Si vous vous y connaissez en cristaux ou si vous avez une bonne intuition, vous pouvez également les utiliser pour activer les différents secteurs de votre maison.

- Un cristal de roche isolé, en position verticale, émet un rayonnement vertical comparable à celui produit par une spirale d'ADN, et est, par conséquent, tout aussi indiqué pour marquer le centre d'une maison.
- En raison de la force des vibrations émises, une chambre à coucher ne doit pas abriter un trop grand nombre de cristaux. Ceux-ci pourraient être une source d'agitation et entraîner des troubles du sommeil.
- Les cristaux doivent faire l'objet d'un nettoyage régulier, sans quoi ils perdent de leur force et deviennent ternes. Pour les laver, passez-les sous l'eau froide pendant deux à trois minutes, jusqu'à ce que vous ayez l'impression qu'ils ont retrouvé leur éclat.

Nettoyer les vrais cristaux : une nécessité

Les dauphins, messagers de l'amour

Un nombre croissant de vacanciers rapporte avoir vécu des expériences bouleversantes avec des dauphins. Si vous avez eu la chance de nager un jour avec ces animaux, vous savez combien ils peuvent être émouvants. En raison de leur comportement tendre et plein de sollicitude, les dauphins sont perçus depuis toujours comme l'incarnation de l'amour suprême et inconditionnel.

Un couple de dauphins : le symbole idéal du couple

- Une image ou un bibelot représentant des dauphins peut mettre une pièce très en valeur. Ce symbole émet des vibrations frêles et aiguës, qui incitent à la tolérance, l'ouverture aux autres et à une attitude plus tendre.
- La représentation de deux dauphins communiquant à l'unisson est un symbole idéal du couple.
- Les enfants sont instinctivement attirés par ces animaux merveilleux. Aussi des posters représentant des dauphins peuvent-ils se révéler très efficaces pour mettre en valeur des chambres d'enfant.

Les images aussi peuvent guérir

L'important est de bien choisir

Toute photo, tout dessin, tout tableau réalisé par un peintre produit des vibrations très spécifiques. L'image porte en elle non seulement le message du motif choisi, mais aussi le rayonnement de l'auteur. Aussi les images doivent-elles être choisies avec soin, car des motifs nocifs compliqueraient votre vie.

Cherchez des images qui vous donnent des forces

- Ne vous entourez que d'images que vous « sentez ». Les motifs mélancoliques et impressionnants doivent être enlevés aussi vite que possible et remplacés par des images plus agréables.
- Évitez les images qui expriment la tension, la rupture ou le stress. Les chambres à coucher et les chambres d'enfant, en particulier, autrement dit les zones de repos, doivent être tenues à l'écart de ces influences négatives.
- Pour pouvoir agir, les images ont besoin d'espace. Le cadre ne doit donc pas empiéter sur le dessin, et l'emplacement retenu sur le mur ne doit pas être surchargé.
- Réfléchissez aux vibrations et aux rayonnements indiqués pour chaque pièce, et cherchez les images qui leur correspondent parfaitement.

Les couleurs et leur influence

Un effet thérapeutique et « nourricier »

Les couleurs exercent incontestablement une influence très importante. Un bon choix de teintes peut mettre une pièce en valeur et compenser un déséquilibre existant. De nombreuses thérapies modernes recourent aux couleurs pour compenser des manques, car celles-ci exercent un effet thérapeutique spécifique sur le corps et l'âme. Le Feng Shui, pour sa part, utilise les couleurs en fonction des relations qu'elles entretiennent avec les Éléments, dans le but de faire vibrer une pièce correctement, et ce :

- afin de renforcer une pièce à l'aide de la couleur adéquate, en fonction de son orientation dans l'espace (cf. p. 34),
- afin de préparer au mieux une pièce à l'utilisation à laquelle elle est destinée.

Pour bien choisir vos couleurs, vous pouvez vous reporter au cercle qui associe les couleurs aux Cinq Éléments (cf. p. 33). Souvenez-vous que d'après le cycle de création, un Élément nourrit et renforce toujours l'Élément qui le suit.

► Si vous voulez, par exemple, activer une partie de votre appartement

Activer une pièce

orientée vers le sud (quelle que soit la fonction de l'espace en question), vous devez suivre la démarche suivante : utilisez l'Élément qui renforce le Feu, à savoir le Bois, car le Bois nourrit le Feu. La couleur associée à l'Élément Bois est le vert, celle du Feu est le rouge. Entourez-vous donc dans cette pièce de plantes luxuriantes et en bonne santé (donc de vert), repeignez les murs de votre salon dans des tons vert clair accueillants, ou couvrez votre canapé préféré de rouge et de vert.
Le tableau ci-dessous indique de quelle façon combiner couleurs et points cardinaux pour renforcer un Élément.

Les couleurs qui renforcent les Éléments

Couleurs et points cardinaux

	Bois/ Est	Feu/ Sud	Terre/ Centre	Métal/ Ouest	Eau/ Nord
Couleur associée	vert	rouge	jaune	blanc	noir, bleu
Est renforcé par	Eau/ noir ou bleu	Bois/ vert	Feu/ rouge	Terre/ jaune	Métal/ blanc
Combinaison de couleurs recommandée	noir ou bleu et vert	vert et rouge	rouge et jaune	jaune et blanc	blanc et noir ou bleu

Choisir la couleur en fonction de l'ambiance recherchée

► Toutefois, vous pouvez également partir de l'usage réservé à une pièce pour choisir ses couleurs. Une pièce utilisée de façon plutôt active (comme un salon ou un bureau) tolère mieux les couleurs actives (« Yang »), comme le rouge, l'orange et le jaune. En revanche, pour les espaces d'habitation plus calmes, comme les chambres à coucher ou les bibliothèques, des couleurs plus reposantes (« Yin ») sont recommandées, comme des teintes abricot, roses ou beiges.
Une combinaison harmonieuse de ces couleurs purifie l'énergie de la pièce et augmente ses vibrations. Il est important que le résultat obtenu soit agréable à l'œil, donc équilibré.

Le rouge et le noir

● Le rouge et le noir doivent être utilisés avec mesure, car un excès de

rouge rend agressif et favorise les disputes, un excès de noir, quant à lui, pouvant rendre mélancolique et pessimiste.

Utiliser l'ensemble du spectre

- Naturellement, d'autres Éléments et d'autres couleurs seront également représentés dans chaque pièce. De plus, chacun de nous a ses couleurs préférées. Si, à côté des « couleurs idéales », vous recourez avec mesure aux teintes liées aux autres Éléments et utilisez l'ensemble du spectre des cinq transformations, le Chi circulera d'un Élément à l'autre et reproduira un cycle de création complet, l'accent étant mis sur les Éléments principaux.
- Plus une pièce est utilisée de façon active, plus vous pouvez recourir à des couleurs voyantes, comme le rouge, l'orange et le jaune vif. Ces teintes très stimulantes doivent toujours être compensées par des tons plus calmes, sans quoi cela entraîne un déséquilibre et une agitation excessive. Dans les pièces calmes, des couleurs calmes, comme le vert, le bleu ou l'ocre, doivent dominer, mais des touches stimulantes peuvent être apposées ici et là.

La symbolique des couleurs

- Les couleurs possèdent également une symbolique particulière. Toutefois, celle-ci varie selon les cultures, et la perception des couleurs varie d'un individu à l'autre. Voici quelques exemples d'interprétations chinoises proches de la culture occidentale : le *noir* est la couleur de l'Élément Eau et est lié à l'argent ; le *rouge* aurait des vertus thérapeutiques ; le *blanc* est la couleur de la pureté ; le *jaune*, couleur du soleil, représente la longévité ; le *vert*, couleur du printemps, symbolise quant à lui la croissance, la fraîcheur et la sérénité.

L'eau, facteur de bien-être

Très répandus, les aquariums sont un remède classique du Feng Shui. Toutefois, peu de gens ont véritablement le temps de leur consacrer les soins nécessaires. Aussi est-il préférable de recourir à d'autres accessoires associés à l'eau, comme les fontaines d'intérieur et les images de cascade. Ceux-ci sont tout aussi efficaces pour raviver le Chi et peuvent être utilisés pour appeler à soi l'énergie des finances, la prospérité et les événements bénéfiques.

- Les accessoires liés à l'eau sont bienvenus dans le secteur de la richesse, car ils symbolisent la source éternellement jaillissante de la prospérité.



Les accessoires liés à l'eau, comme l'image d'une cascade, ravivent le Chi et le cours des événements

Ce à quoi vous devez veiller

● Utilisez toujours une eau d'excellente qualité dans les fontaines d'intérieur ou les aquariums ; moins l'eau a reçu de rayonnements UV, de chlore, bref, a été « traitée » d'une façon quelconque, mieux c'est. L'eau revitalisée, au moyen d'aimants par exemple, est à recommander ; l'eau distillée, en revanche, n'est à utiliser qu'en cas d'urgence. Il est indispensable de procéder à des nettoyages réguliers.

● Dans une chambre, l'eau en mouvement peut être source d'agitation, aussi est-il préférable d'éteindre la fontaine d'intérieur avant de se coucher. Selon le Feng Shui, les matelas d'eau sont également sources de problèmes, en raison de leur instabilité et de la présence excessive de l'Élément Eau qu'ils entraînent.

Les objets en mouvement stimulent le Chi

Tout ce qui bouge attire l'attention. De même, tous les accessoires de Feng Shui qui reposent sur le mouvement, comme les mobiles, les moulins à vent et les drapeaux, ont un effet stimulant, de même que les objets mus par les courants d'air ou l'électricité.

Les objets en mouvement servent aussi à disperser le Shar Chi

● Ces objets ne servent pas uniquement à stimuler la circulation du Chi, mais aussi à dissiper l'énergie nocive du Shar Chi (cf. p. 25). Dans les longs couloirs, entre une porte et un escalier, ou devant un angle aigu, les objets mobiles peuvent se révéler très efficaces pour freiner et disperser l'énergie.



Le symbole retenu pour le mobile contribue, lui aussi, à améliorer l'ambiance de la pièce

● Les enfants apprécient particulièrement les mobiles légers et les éoliennes multicolores. Beaucoup de parents suspendent déjà un mobile au landau de leur bébé.

● L'effet positif produit sur la pièce par les vibrations du mobile peut être encore accru par les vibrations spécifiques du symbole retenu. Ainsi, les oiseaux en vol apportent la légèreté, les dauphins la joie, et les cœurs la tendresse.

Protection et stabilité grâce aux objets lourds

Comme un rocher dans le ressac (du Chi)

Tout objet particulièrement lourd est capable de freiner des flux d'énergie trop forts et hors de contrôle. Une pierre ou une sculpture peut avoir un effet comparable à celui d'un rocher dans le déferlement des vagues. Des meubles lourds permettent d'obtenir le même résultat.

- Ils peuvent être utilisés, en particulier, pour équilibrer les terrains suspendus, où l'énergie, pour ainsi dire, dévale la pente de la montagne. Un objet lourd peut ici venir remplacer ou compléter un terrassement en créant un point de stabilisation et de freinage.
- Les objets lourds sont également un moyen idéal pour freiner les flux d'énergie dans les escaliers ou sur les terrasses en plein air.
- Si votre vie, par certains aspects, est très agitée ou très incertaine, placer des objets lourds dans les secteurs correspondants du Pa Kua peut vous aider à rééquilibrer la situation.
- Les meubles trop lourds et trop encombrants doivent être évités dans les chambres d'enfant.

Pour vous sentir en sécurité

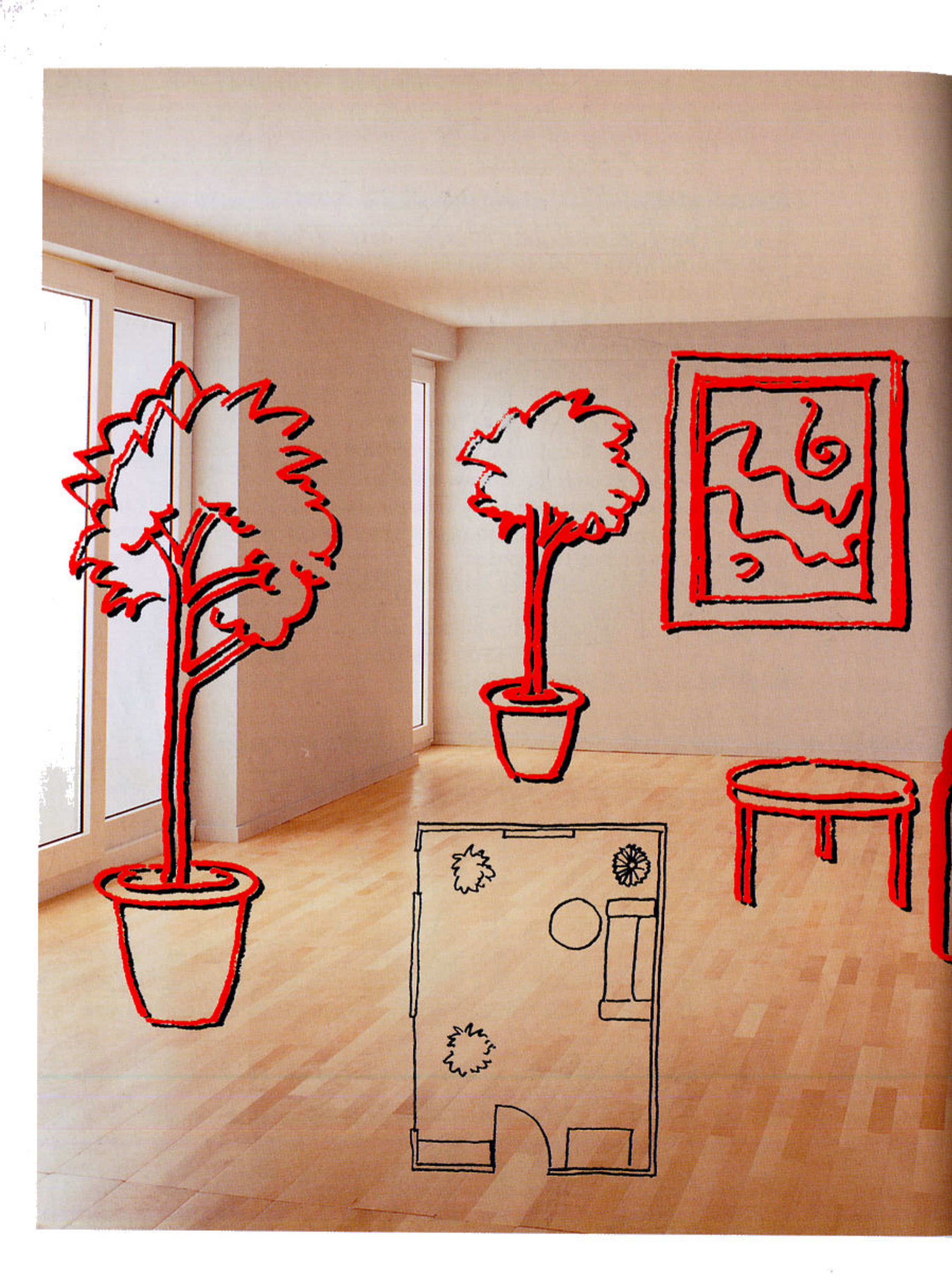
Le pouvoir des objets personnels

Les choses que nous aimons ont une sorte de pouvoir magique

Toute matière n'étant jamais que de l'énergie sous forme compacte, tout objet, quel qu'il soit, produit des vibrations qui lui sont propres. Par conséquent, n'importe quel objet peut devenir un accessoire de Feng Shui, qu'il s'agisse d'une pierre ramassée sur la plage pendant vos vacances, d'un vase aux couleurs exquises, d'une image symbolisant la nostalgie... Ces remèdes individuels, avec lesquels l'utilisateur entretient un lien personnel, sont souvent bien plus parlants que le meilleur accessoire « standard » proposé en magasin. Ayez confiance en vous et laissez libre cours à votre créativité et à votre inspiration.

- Trouvez vos propres remèdes et vos propres symboles. L'important est ce que vous voyez ou sentez en eux. À chacun de vos contacts avec ces objets, votre inconscient se souviendra de la signification qu'ils ont pour vous et déclenchera un mécanisme positif.
- N'accordez pas d'importance à l'opinion d'autrui : seul compte votre propre flair. Aussi, donnez-vous du temps et de l'espace pour réaliser vos propres expériences. Vous verrez que votre intuition, ce que vous avez « senti » au plus profond de vous-même, se révèle généralement juste.

Trouvez vos propres symboles





Maison et jardin point par point

Le canapé et le lit sont-ils au bon endroit ? Où placer de nouvelles plantes pour obtenir un effet bénéfique ? À quoi faut-il faire attention sur une table de travail ? Comment renforcer un secteur manquant du Pa Kua ? Utilisez ce chapitre pour vérifier point par point les différents espaces de votre maison et de votre jardin et détecter les éventuels points faibles. Si vous décidez ensuite de passer à l'action, modifiez les choses les unes après les autres, sans précipitation ni stress. Ainsi, votre vie, elle aussi, évoluera pas à pas.

De l'extérieur à l'intérieur

Un jardin plein d'énergie

Le jardin idéal est celui où le Chi peut danser en toute liberté :

- Les voies d'accès à l'habitation et les allées du jardin doivent être dégagées et accueillantes. Les plantes qui dépassent sur le chemin, surtout si elles ont des épines, doivent être taillées, pour ne pas entraver la circulation du Chi.
- Aucun arbre ne doit se trouver juste devant l'entrée, sans quoi, lorsqu'on sort de la maison, cela fait l'effet d'une barrière. Toutefois, si cet arbre est déjà là, il est possible d'installer un banc accueillant à son pied ou de le décorer gaiement en y accrochant des objets divers. Faites de lui un « ami » et un « gardien ».
- Un jardin Feng Shui se caractérise avant tout par sa variété et abrite essentiellement des espèces de la région. Il réserve également à la nature des espaces où celle-ci peut s'épanouir en toute tranquillité, tondeuses et autres éléments perturbateurs y étant interdits de séjour. Il comprend aussi bien des essences à feuilles persistantes qu'à feuilles caduques. Les allées y serpentent avec douceur et le centre reste dégagé. Ces principes sont valables pour tous les jardins, quelle que soit leur surface.
- Les rosiers en espalier et les tonnelles recouvertes de végétation forment autant de portes vivantes qui renforcent le Chi de ceux qui les franchissent. Ceux-ci passent en quelque sorte à travers un filtre qui les « harmonise » et les « recharge » en énergie.
- Les plantes à épines (hormis les roses) sont plutôt indiquées pour les domaines éloignés ; à proximité des allées, il est préférable d'opter pour des formes douces et fluides.
- Les végétaux à feuilles persistantes symbolisent la longévité et la continuité, alors que les arbres à feuilles caduques représentent le changement et la transformation. Ces deux catégories doivent donc être représentées dans un jardin.
- Des haies trop hautes peuvent avoir un effet comparable à celui d'un mur. Si vous avez l'impression d'être de plus en



plus isolé, de plus en plus coupé du monde, il est grand temps de tailler votre haie.

- Les souches d'arbre doivent toujours être déracinées. De même, les arbres morts, symboles de déclin et de stagnation, doivent toujours être arrachés. Ils n'ont rien à faire dans votre environnement.
- Si des arbres se trouvent trop près de la maison, la circulation du Chi s'en ressent.
- Les plantes grimpantes telles que le lierre ou la vigne vierge peuvent exercer une influence positive sur l'énergie d'un bâtiment, à condition qu'elles ne cachent pas les fenêtres, les passages ou les portes. Toutefois, ce n'est vrai que si les occupants du lieu apprécient la présence de cette végétation. Dans le cas contraire, comme pour toutes les bonnes choses, l'effet produit est négatif.
- Le compost augmente la fertilité du sol et est une forme utile de recyclage. Toutefois, si possible, le compost ne doit pas être situé dans le secteur de la « richesse ». Si vous êtes confronté à ce problème, essayez de stabiliser la situation en accordant de bons soins à votre compost et en l'entourant de plantes, de façon à le rendre agréable à regarder et à le protéger.

Inviter les « bons esprits »

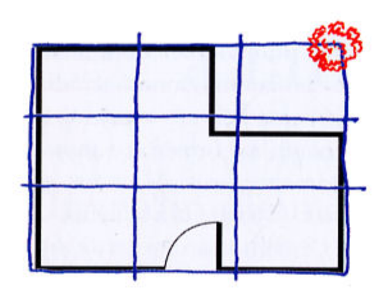
Pour purifier une habitation ou une pièce des vieilles énergies néfastes qui y subsistent (cf. p. 50), il existe plusieurs méthodes. Autrefois, sous nos latitudes, la tradition voulait que l'on fasse brûler de l'encens dans les pièces d'une nouvelle demeure avant d'y emménager.

- L'encens accroît et améliore la circulation de l'énergie dans les pièces. Il fait également disparaître les odeurs désagréables et purifie l'atmosphère après une dispute ou dans les chambres de malade, les salles d'attente et les salles d'examen où de nombreuses personnes ont laissé leurs soucis derrière elles en partant. Vous pouvez donc parcourir votre maison avec un encensoir contenant des charbons incandescents et de la résine d'encens.
- Vous pouvez également faire brûler de la sauge : attachez entre elles des branches de sauge bien sèche — ou, si vous n'en avez pas, de genévrier et de romarin — au moyen d'un fil de coton, de façon à obtenir une baguette de 15 à 20 cm. Laissez-la brûler un court instant, puis soufflez doucement sur la flamme pour l'éteindre. Tant que l'encens rougeoie et répand sa fumée odorante, promenez-vous de pièce en pièce, la baguette à la main.
- Certains instruments de musique se révèlent particulièrement efficaces pour purifier une maison : parcourez les lieux en faisant tinter des cloches ou résonner des cymbales — ne vous arrêtez que lorsque le son produit dans chaque pièce est clair et pur.
- Ajouter régulièrement de l'huile essentielle de roses à l'eau de lavage (cf. p. 56) contribue à garantir de bonnes vibrations.

Renforcer les secteurs absents du Pa Kua

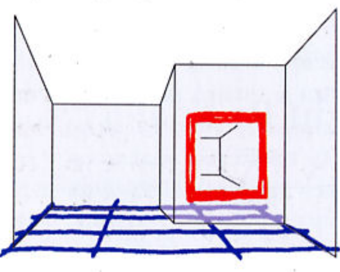
Si le Pa Kua de votre maison est incomplet (voir p. 40), vous pouvez compenser ce manque de trois façons :

- à l'extérieur de la maison, à l'endroit du secteur manquant, si vous avez la chance de posséder un jardin : déterminez l'angle extérieur du secteur manquant du Pa Kua et instal-



lez-y une lampe, plantez-y un buisson ou un arbre ou placez-y une plante en bonne santé dans un récipient stable. Un carillon ou une torche de jardin peut aussi permettre de renforcer ce point.

● Vous pouvez également activer le domaine manquant depuis l'intérieur de la maison. Des cristaux arc-en-ciel accrochés près des fenêtres ou un miroir qui « ouvre » visuellement le mur sont des accessoires appropriés.



● Chaque pièce possédant son propre Pa Kua, vous pouvez, dans une de vos pièces préférées, stimuler le secteur correspondant au secteur manquant. Ainsi, si votre maison n'a pas de secteur « relations humaines », vous pouvez prêter un soin particulier à l'agencement de ce secteur dans votre chambre à coucher. En revanche, dans les domaines secondaires tels que les débarras, salles de bains, toilettes ou placards, vous ne devez surtout pas chercher à stimuler un secteur absent.

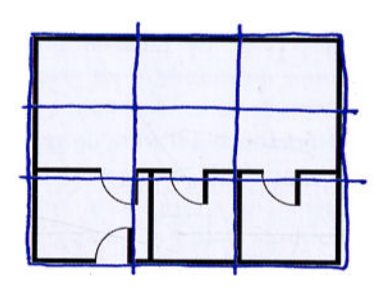
Pour harmoniser les secteurs du Pa Kua, seuls sont indiqués les espaces de vie véritablement habités (chambre à coucher, salon, salle à manger, bureau et cuisine).

Dans la chambre d'enfant, les mesures ne doivent être prises qu'avec une grande prudence, de préférence dans le secteur « enfants ».

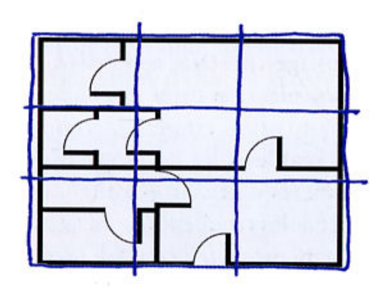
La répartition des secteurs du Pa Kua

Il est très probable que le découpage des neuf secteurs du Pa Kua ne correspond pas exactement à la répartition des différentes pièces de votre maison.

Ainsi, certaines pièces peuvent être concernées par 2, 3, voire 4 zones du Pa Kua (cf. schéma ci-après), ce qui n'affecte en rien l'action de chaque secteur du Pa Kua.



En revanche, si un secteur du Pa Kua est partagé par plusieurs murs (cf. schéma ci-dessous) ou s'il contient des pièces sans intérêt, rarement utilisées, et où la lumière naturelle est rare, une stagnation de l'énergie est à prévoir. Cette zone peut, tout comme un secteur manquant, être considérée comme affaiblie.

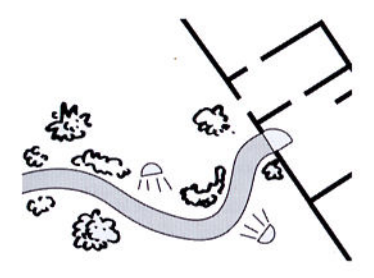


● Pour raviver la zone qui pose problème, placez-y des plantes, utilisez-la plus souvent, améliorez l'éclairage, ou prévoyez une nouvelle affectation. Les mesures prises afin de renforcer le potentiel énergétique de la pièce ne doivent pas concerner des zones individuelles mais la pièce tout entière.

Bienvenue !

Les voies du Chi : allées et chemins

L'entrée même du terrain doit donner au visiteur une impression accueillante.



● Idéalement, le chemin qui mène à la porte d'entrée doit serpenter légèrement. Un bon pavage assurera sa stabilité et des plantations contribueront à lui donner un caractère agréable (cf. p. 74). Des lampes de jardin placées à intervalles réguliers auront également un effet bénéfique. Cet éclairage permet une surveillance nocturne et stimule le « cordon ombilical » qui vous relie au monde extérieur.

● La présence de pierres ou de marches branlantes sur le chemin est généralement le symbole d'une vie instable. Dans les chemins en pente, le terrain peut s'effondrer et être par endroits trop abrupt. Ces accidents de terrain doivent être immédiatement égalisés, sans quoi vous irez dans le monde et en reviendrez chaque jour d'un pas hésitant, ce qui, à la longue, ne peut être positif pour votre inconscient.

● Offrez-vous un sol antidérapant, afin de pouvoir vous engager dans la vie d'un pas assuré, même par mauvais temps.

Que faire en cas de Shar Chi ?

L'énergie nocive du Shar Chi (cf. p. 25) doit toujours être freinée ou transformée.

● Si les angles du toit ou des murs de la maison voisine projettent du mauvais Chi vers votre maison, planter des arbres ou des arbustes entre ces arêtes et votre demeure peut se révéler une solution efficace. Des hautes haies peuvent également vous protéger contre ce flux d'énergie importun.

● Pour éviter que l'énergie néfaste produite par les canalisations, les canaux, les rues, etc. (cf. p. 51) ne cause de dégâts, la porte d'entrée et les fenêtres doivent être protégées contre ces agressions : les couronnes de porte, les dictons porte-bonheur, les initiales des Rois mages écrites sur la porte en Allemagne, les lions de pierre devant les restaurants chinois, sont autant de mesures inconscientes de protection.

Le seuil de la maison

L'impression ressentie lors de l'entrée dans la maison détermine la première charge d'énergie que vous recevez ou que votre invité reçoit. L'impression ressentie avant d'avoir passé le seuil étant décisive, l'entrée joue un rôle particulièrement important.

● Elle doit être facilement identifiable et proportionnelle aux dimensions du bâtiment. Dans l'idéal, la porte doit s'ouvrir vers l'intérieur, car cela est plus accueillant que s'il faut reculer d'un pas avant d'entrer.

● La principale fonction d'un éclairage est d'indiquer le chemin et d'aider à s'orienter. Ceci est particulièrement vrai pour la porte d'entrée. L'éclairage ne remplit son rôle que si la plaque mentionnant le nom des occupants est facilement lisible, si le trou de la serrure est bien visible et si le visiteur peut être reconnu sans difficulté depuis l'intérieur de la maison.

L'entrée

Un petit hall d'entrée ou un simple vestibule peut être mis en valeur à peu de frais :

- La pièce ne doit pas être surchargée et doit donner une impression d'ordre.
- Plus l'espace est réduit, plus la circulation de l'énergie doit être facilitée. Les angles des meubles doivent être arrondis ; des miroirs ou des images peuvent agrandir et ouvrir la pièce.
- Si la porte d'entrée donne sur un mur, cela symbolise une limitation. Ici aussi, un miroir ou un tableau qui donne une impression de profondeur peut se révéler utile.
- Veillez à la qualité de l'éclairage. Utilisez, par exemple, des spots qui éclaireront individuellement le portemanteau, le miroir et le téléphone et mettront les tableaux en valeur.

La première pièce

La première pièce que vous remarquez en entrant (après le vestibule) marque particulièrement votre vie.

Si vous souhaitez atténuer son influence, maintenez sa porte fermée et suspendez sur celle-ci, à la hauteur des yeux, un miroir ou un objet brillant, qui reflète le Chi.

- Lorsqu'on entre chez vous, le regard ne doit pas tomber sur des sanitaires, car cela peut entraîner des problèmes de santé ou des difficultés financières (cf. p. 90).
- Si la première pièce que l'on aperçoit est la cuisine ou la salle à manger, la nourriture jouera un rôle très important dans votre vie — que vous fassiez très attention à votre alimentation, que vous aimiez la bonne chère, que vous receviez souvent des invités ou que vous ayez un rapport maladif à la nourriture et des problèmes de poids.
- Si le bureau est le premier à s'offrir aux regards, vous consacrerez probablement trop de temps au travail. Un tel emplacement risque de faire de vous un bourreau de travail.
- Si la chambre est la première pièce qui s'offre à la vue, une profonde fatigue et un besoin impérieux de calme peuvent apparaître au fil du temps.
- Si la chambre d'enfant est juste à côté de l'entrée, votre progéniture fera la loi dans la maison…
- Une chambre d'amis à cet endroit indique une forte orientation vers l'extérieur. Elle peut également signifier que vous vous souciez beaucoup de l'opinion d'autrui.
- L'idéal est que la première pièce marquante soit le salon, car il symbolise le confort et l'ouverture, et invite à la détente.

Les moquettes guident l'énergie

- Que vous ayez de la moquette, du parquet ou un sol carrelé, soyez attentif au moment de la pose : le sens des motifs détermine le sens du flux d'énergie. Ainsi, dans un couloir long et étroit, des rayures dans le sens de la longueur renforcent le Shar Chi ; un motif en biais est donc recommandé pour calmer la circulation de l'énergie et mieux alimenter en énergie les pièces situées sur les côtés.
- Autre détail important : le sens du tissage des moquettes, surtout à poils longs et faites à la main. Entrer dans une pièce en marchant dans le sens opposé à celui du tissage éveillerait en vous une résistance intérieure. Pour déterminer le sens du tissage, passez la main sur la moquette en aplatissant les poils : si vous allez dans le mauvais sens, ils se redresseront.

Une maison où se sentir bien

La chambre à coucher : un lieu de repos

Vous passez un bon tiers de votre vie au lit. La chambre à coucher est donc la pièce la plus importante de votre maison. C'est là que vous vous reposez des épreuves du quotidien, et là que vous rechargez vos batteries.

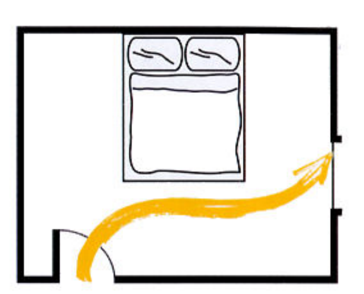
- Pièce « Yin » (cf. p. 29), la chambre doit être plus petite que le salon, pièce « Yang ».
- Destinée au repos et à la retraite, la chambre doit être aussi éloignée que possible de l'entrée principale et ne pas côtoyer de salle de bains ni de toilettes. Dans le cas contraire, le calme et la qualité du sommeil pourraient être perturbés (par les bruits produits par les autres membres de la famille) et, à la longue, des problèmes de santé pourraient apparaître (cf. p. 90).
- La qualité du sommeil dépend surtout de l'harmonie de l'aménagement et de l'ameublement de la pièce.

Le lit

Il est important que le lit soit placé à l'endroit le plus harmonieux de la pièce. Cet espace-force (cf. p. 58) donne une impression de sécurité et vous aidera à parvenir à une détente totale.

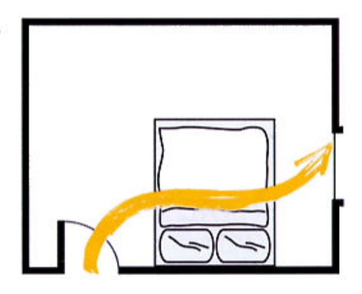
- Le lit doit être aussi éloigné que possible de la porte et de la fenêtre ; l'idéal est que la tête du lit soit placée contre un mur sans ouverture, de façon à ce que vous puissiez surveiller la pièce. S'il se trouve sous un toit en pente, vous risquez d'avoir une sensation d'oppression.
- Le lit ne doit pas être placé entre la porte et la fenêtre.

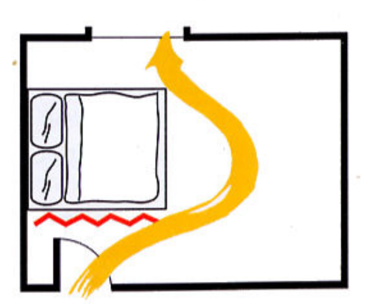
Enfin, personne n'aime dormir sur les « autoroutes énergétiques », qui entraînent troubles du sommeil, cauchemars et courbatures matinales. Elles concernent généralement les lits situés près des portes.



Créer une séparation peut vous permettre de résoudre ce genre de problème.

À cette fin, vous pouvez utiliser une étagère basse, un paravent ou, tout simplement, un rideau que vous tirerez le soir. Suspendre un cristal arc-en-ciel au plafond, entre la porte et le lit, est une autre solution possible.





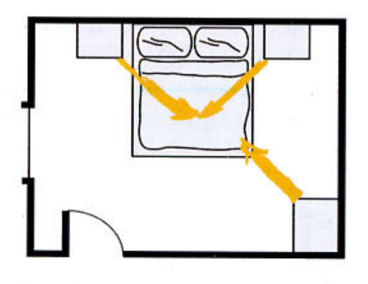
● Si le lit est placé devant une fenêtre, celle-ci doit être fermée par des rideaux ou des stores lorsque vous dormez, sans quoi votre dos ne sera pas protégé et vous risquerez d'être plus courbaturé que détendu au réveil.

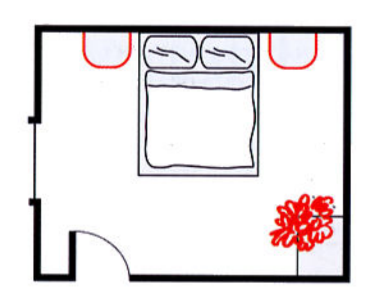
● Si votre lit est en travers de la pièce, il fait apparaître derrière lui un triangle que vous devez faire disparaître, sans quoi cet espace ouvert et inutilisé sera pour vous une source d'inquiétude et d'instabilité.

Les autres meubles

● Choisissez de préférence des meubles aux angles arrondis, ou cachez au moins les angles aigus des tables de chevet sous un napperon et placez des plantes devant les angles des murs ou des armoires, sans quoi les « flèches empoisonnées » décochées par ces angles pourraient troubler votre sommeil (cf. p. 26).

● Les meubles de la chambre à





coucher ne doivent pas étouffer la pièce. Aussi doivent-ils être de couleur claire et ne pas se trouver trop près du lit.

● Les placards intégrés dans les murs sont un obstacle au besoin humain de changement et bloquent souvent les meilleurs espaces de la pièce. Pour le Feng Shui, l'idéal est d'avoir des meubles amovibles et en petit nombre.

● Une penderie suffisamment grande pour qu'on puisse y entrer constitue une pièce à part entière (sur le Pa Kua). Elle ne doit pas être transformée en débarras, doit être bien éclairée et régulièrement aérée. La lavande, les autres substances odorantes naturelles et les autres accessoires susceptibles de stimuler le Chi, comme les mobiles, sont indiqués.

Les énergies perturbatrices

● Évitez les miroirs dans les chambres. Ils entraînent souvent des troubles du sommeil, car ils renforcent les énergies perturbatrices. Décrocher le miroir l'espace de quelques nuits peut vous permettre de vérifier s'il est responsable ou non des perturbations.

● Toutefois, si vous ne pouvez voir la porte de la chambre lorsque vous êtes couché, un petit miroir bien placé peut vous permettre d'exercer cette surveillance nécessaire. Compte tenu de l'importance du problème qu'il règle (celui de l'insécurité), le miroir est ici un moindre mal.

● Les radios-réveils à cristaux liquides, dont les chiffres sont visibles la nuit, peuvent se révéler extrêmement nocifs. Dans l'idéal, la chambre doit comporter aussi peu d'appareils électroniques que possible (cf. p. 57).

● Si vous tenez absolument à avoir un téléviseur dans votre chambre, installez-le le plus loin possible du lit et choisissez de préférence un appareil de petite taille. La nuit, faites-le disparaître dans une armoire ou débranchez-le.

Veillez surtout à ce que personne, dans la chambre voisine, ne dorme le long du mur derrière lequel le téléviseur est placé.

● L'espace au-dessus du lit doit être aussi peu perturbé que possible. De lourdes lampes au-dessus du corps ou une étagère de livres au-dessus de la tête des dormeurs sont des sources d'oppression et de tension et doivent être retirées le plus vite possible.

● Les poutres situées au-dessus du lit, comme les eaux souterraines, peuvent entraîner des problèmes de santé ou des troubles d'ordre émotionnel. Cachez-les au moyen d'un faux plafond ou offrez-vous le « lit à baldaquin » dont vous avez toujours rêvé. Le baldaquin deviendra votre refuge et vous fera oublier les poutres.

Les couleurs et les images

Les couleurs de la pièce influencent la qualité du sommeil.

● Les couleurs très dynamiques comme le rouge, l'orange ou le jaune (cf. p. 67) peuvent apporter de la diversité à la chambre ; toutefois, si elles sont trop présentes, il vous sera difficile de trouver le repos.

● La chambre idéale doit présenter des qualités « Yin » en nombre suffisant (cf. p. 29), car vous devez pouvoir vous y « ouvrir » en toute confiance, afin de vous régénérer.

Choisissez des tons chauds et harmonieux et des motifs aux vibrations reposantes. Si le bleu a un effet calmant, le bleu foncé doit être évité, car il donne l'impression que la pièce est « froide ».

Bien choisir les images qui décorent la chambre est aussi très important. En effet, elles influencent votre environnement nuit et jour. Sélectionnez-les avec soin !

● Les images « malsaines », comme un poster représentant une catastrophe écologique, une photo d'un parent que vous n'aimiez pas ou un tableau figurant un paysage brumeux et déprimant, peuvent exercer une influence négative sur l'atmosphère de la pièce et, par conséquent, sur votre bien-être. Toutefois, certaines images particulièrement « saines », comme les portraits de saints, peuvent parfois relever de l'excès de bonnes intentions et bloquer, elles aussi, le libre développement de la personnalité, en particulier dans le domaine sexuel.

● Votre espace intime ne doit donc contenir que des images qui déclenchent chez vous et votre partenaire une réaction positive et qui vous transmettent leur énergie.

Les plantes

Les plantes dans la chambre à coucher méritent un paragraphe à part. Dans la mesure où elles symbolisent la vie et la prospérité, elles apportent énormément à notre environnement ; toutefois, leur présence n'est pas indiquée dans toutes les pièces. En effet, si ces poumons verts produisent de l'oxygène le jour, ils se transforment, la nuit, en consommateurs.

• Si votre chambre est petite et mal aérée, évitez d'avoir des plantes en trop grand nombre, car elles empiéteraient sur vos réserves d'air.

Le coin des relations humaines

Dans la chambre, cet espace doit se voir accorder une attention particulière. Il se trouve au fond de la pièce, à droite, et est la plupart du temps encombré de livres, de cartons ou de linge à repasser. Faites-en un espace privilégié, où vous représenterez les qualités qui symbolisent pour vous une relation de couple réussie.

● Les objets qui délivrent un message vraiment clair sont ceux qui vous semblent hors du commun et très symboliques (cf. p. 71). À votre avis, combien d'énergie un galet insignifiant en apparence, mais qui évoque la plage grecque sur laquelle vous l'avez ramassé par une nuit romantique, peut-il cacher ?

● Si vous recourez à des plantes, elles doivent être particulièrement en bonne santé et, dans l'idéal, en fleurs — à l'image de votre relation. Le rouge et le rose sont les couleurs les plus indiquées. Si le coin correspondant aux « relations humaines » abrite chez vous essentiellement des cactus, ne vous étonnez pas si vos contacts avec les autres sont plutôt impersonnels, voire quelque peu « épineux ».

• Les solutions idéales aux problèmes de relations humaines sont un bon éclairage (source de rayonnement et de joie) et les objets qui vont deux par deux. Si vous avez un tableau représentant un arbre solitaire, remplacez-le par une image symbolisant l'union (cf. p. 42).

La cuisine, un espace qui « nourrit »

Dans une maison, la cuisine est la pièce la plus importante après la chambre. En effet, c'est ici qu'est préparée la nourriture dont la qualité et les vibrations alimentent toute la famille, qui doit rester en bonne santé.

Le principal aspect à prendre en compte est l'emplacement de la cuisinière. Autrefois, les Chinois utilisaient des méthodes très complexes pour déterminer l'orientation des fourneaux.

La cuisinière

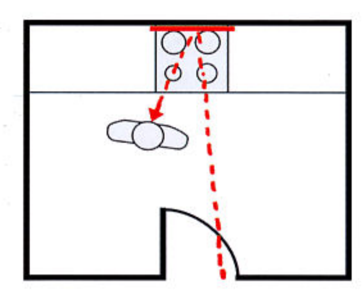
C'est par un processus « Feu » que la nourriture cuite sur le feu de la cuisinière se transforme. Ce processus modifie fondamentalement la structure des aliments ; aussi influe-t-il, plus que tout autre, sur l'action de la nourriture dans le corps.

La personne qui cuisine, homme ou femme, doit toujours se sentir en aussi bonne forme et en sécurité que possible, car les vibrations qu'elle transmet à la nourriture ont alors des vertus régénératrices et reconstituantes. Si, comme on dit, « les bons petits plats entretiennent l'amour », les personnes de mauvaise humeur transmettent leurs frustrations à la nourriture.

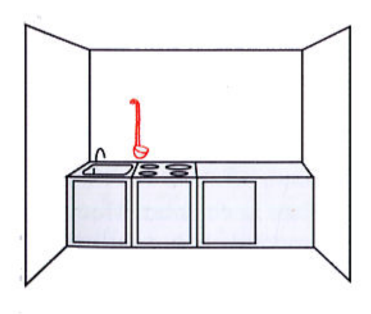
● Par conséquent, la cuisinière doit être placée de façon à ce que vous puissiez embrasser la cuisine du regard. Si, de plus, vous avez derrière vous un mur sans ouverture, vous œuvrez à partir d'une position forte et stable. La nourriture aura meilleur goût, mais présentera aussi des qualités plus subtiles et particulièrement importantes, car elles apporteront harmonie et stabilité à la famille. Soulignons au passage que les boîtes de conserve ou les plats surgelés réchauffés à la va-vite ne peuvent offrir les mêmes avantages.

● Si l'emplacement de la cuisinière vous oblige à tourner le dos à la porte, vous pouvez rééquilibrer la situation à l'aide d'un miroir (accroché au mur au-dessus de la cuisinière) ou d'un carillon au tintement léger (fixé à côté de la porte de la cuisine).

Le miroir reflétera la porte et donc tout visiteur inattendu ; le tintement du carillon vous signalera de façon sonore toute entrée intempestive.



● La cuisinière et l'évier — autrement dit, le Feu et l'Eau — ne doivent pas être l'une à côté de l'autre, sans quoi l'Eau éteint l'énergie du Feu, ce qui peut entraîner des difficultés financières ou des problèmes de santé. Vous pouvez séparer ces deux forces antagonistes en accrochant au mur un morceau de bois — objet décoratif ou cuillère en bois.
Le réfrigérateur, le congélateur et la machine à laver représentent eux aussi l'Élément « Eau » et doivent être séparés de la cuisinière.
● Si la fenêtre est à côté de la cuisinière, la cuisine peut être aérée de façon directe, ce qui est plus harmonieux et plus intelligent du point de vue énergétique que de recourir à une hotte : sans parler du bruit, tout poids, toute masse au-dessus de la cuisinière — y compris une poutre — entrave le mouvement ascendant du Chi de la cuisinière et de la personne aux fourneaux.



L'éclairage et les couleurs

● La cuisine doit être spacieuse, claire et bien aérée. La cuisinière et les plans de travail doivent être particulièrement bien éclairés. Les plans de travail situés sous des placards exigent une source d'éclairage supplémentaire.
● Les couleurs claires, comme le jaune, et les tons brun foncé chargent la nourriture d'une énergie conviviale et vivifiante. Le blanc cassé est aussi une bonne couleur pour la cuisine, car il symbolise la pureté et la clarté.

Le coin repas : un endroit interdit au stress

L'idéal est que les repas soient consommés à proximité de l'endroit où ils sont préparés, aussi une bonne vieille cuisine est-elle encore le meilleur espace que l'on puisse imaginer pour les repas de tous les jours. Dans la plupart des cas, elle se révèle plus pratique et plus accueillante que la salle à manger, plus distante, qui joue un rôle de représentation et n'est souvent utilisée que pour recevoir.
● Toutefois, si vous avez une salle à manger, elle doit, dans l'idéal, être juste à côté de la cuisine, pour des raisons pratiques.
● Si vous mangez dans le salon, vous devez séparer physiquement le lieu des repas du reste de la pièce au moyen d'un meuble, d'une plante ou d'un carillon, sans quoi la nourriture prendra une importance excessive dans votre vie et vous risquerez de vivre pour manger au lieu de manger pour vivre.
● L'espace où la nourriture est consommée influence la famille de ses rayonnements

chaque jour, à chaque repas. Vous devez donc l'aménager de façon à en faire un lieu d'harmonie et de bien-être. Les objets décoratifs ou les images provoquant stress ou tension sont à proscrire.

Le mobilier

● En raison de sa fonction, le lieu des repas doit être clair, mais accueillant — ni trop dépouillé (verre et acier chromé), ni trop chargé.

● La table est le meuble le plus important de la cuisine. Elle peut être de n'importe quelle forme (ronde, ovale, carrée, rectangulaire ou octogonale), pourvu qu'elle soit fermée. Les formes asymétriques ou incomplètes — une table rectangulaire aux angles en biseau, par exemple — sont peu harmonieuses et engendrent des conflits à répétition. Une simple nappe peut permettre de remédier au problème.

● Le centre d'une table ronde doit être occupé par quelque chose de carré, et le centre d'une table carrée par quelque chose de rond — petit bouquet, vase ou assiette en verre.

● Les rainures qui apparaissent sur les tables à rallonge ont un effet « coupant » et sont par conséquent peu propices à la communication. Là encore, une nappe peut se révéler une solution efficace.

● La table doit avoir un plateau solide. Une table en verre ou en Plexiglas donnera toujours l'impression que les plats « flottent » dans l'espace. De plus, ces tables transparentes permettent de voir les jambes des autres convives, ce qui peut être très troublant. L'impression de « flottement » est peu sécurisante et irritante et empêche d'apprécier pleinement la qualité de la nourriture.

La chambre d'enfant, un espace de liberté

Pour les enfants aussi, les exigences de notre époque se font toujours plus grandes. Afin de les aider au mieux, nous devons leur donner un environnement stable et protecteur. N'oublions pas que les premières années exercent une influence décisive sur le développement ultérieur d'une personne. Une chambre bien pensée peut déjà apporter énormément à un enfant.

L'espace et les meubles

● Une pièce fait une bonne chambre d'enfant quand la lumière du soleil y entre, mais surtout quand elle offre suffisamment d'espace pour bouger. Vos enfants doivent occuper la plus grande chambre de la maison car, contrairement aux adultes, ils y passent aussi beaucoup de temps pendant la journée.

● Pour que vos enfants, en grandissant, restent optimistes et gardent le dos bien droit, la plupart des meubles de leur chambre doivent être clairs et légers. Les enfants sont fragiles et des meubles lourds et sombres nuisent à leur développement. Les enfants qui se sentent trop à l'étroit (à cause des meubles ou de leur situation familiale) peuvent même se blesser fréquemment ou se casser régulièrement quelque chose, car ils luttent inconsciemment contre une impression d'exiguïté, ce qui les amène parfois à dépasser les limites de ce que leur corps peut endurer.

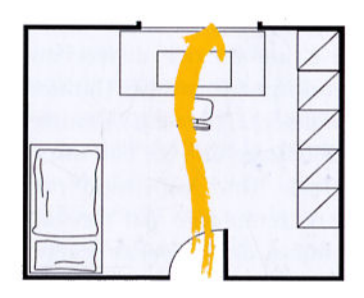
● Dans la chambre, le secteur correspondant aux enfants sur le Pa Kua se trouve à droite, au

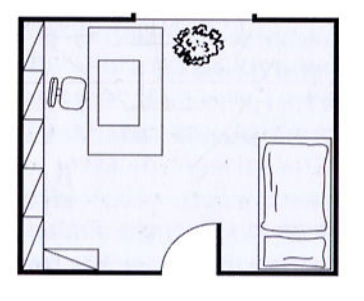
milieu, lorsqu'on regarde de la porte. Si cet endroit est occupé par une armoire ou un autre meuble massif, votre enfant peut présenter des problèmes de croissance. Il vaut mieux laisser cet espace aussi libre que possible et le mettre en valeur à l'aide d'images ou d'objets bénéfiques pour l'enfant.

- Le lit doit occuper l'espace-force de la pièce, donc se trouver loin de la porte et de la fenêtre, contre un mur fermé. Si le lit est sous un toit en pente, cela sera aussi oppressant que s'il est sous une poutre (cf. p. 81).
- La table à langer peut être placée plus près de la porte, car le processus qui s'y déroule est bref et très actif, et l'enfant est protégé par sa mère ou son père.
- Les émissions électroniques produites par les téléviseurs, chaînes stéréo ou ordinateurs sont des facteurs de stress et doivent être tenues à l'écart de la chambre d'enfant aussi longtemps que possible.

Le lieu d'apprentissage

- Le bureau doit être placé de façon à être bien éclairé (cf. p. 88), mais aussi et surtout à donner une impression de sécurité et de stabilité (cf. p. 58).
- Si le bureau est placé juste devant la fenêtre, l'enfant occupe une place très faible, car il ne peut surveiller la porte. De plus, il risque de laisser son regard vagabonder au-dehors et de rêver éveillé. Le problème apparaît clairement lorsque l'enfant évite son bureau et se réfugie à un autre endroit. Ainsi, il peut préférer travailler dans la cuisine, parce qu'elle abrite la seule table accueillante, ou encore dans son lit. En pareil cas, il est inutile de vous fâcher. Vous devez tenter de résoudre le problème en modifiant l'agencement de la pièce. Si vous tournez simplement la table de travail de façon à ce que l'enfant se trouve en position de force, il fera ses devoirs beaucoup plus facilement et avec une efficacité bien plus grande.





Le salon, un point de rencontre

Si la première pièce que vous apercevez en rentrant chez vous est le salon, vous pouvez vous estimer heureux. En effet, vous penserez immédiatement à vous détendre et vous laisserez plus facilement derrière vous les soucis du quotidien.

La fonction de cette pièce est simple à définir : elle sert de point de rencontre à toute la famille, ainsi que de lieu de réception des invités.

- Il importe donc que le salon ait un fort rayonnement, car le bien-être et le confort doivent dominer. Les membres de la famille s'y retrouveront alors avec plaisir, ce qui contribuera à l'harmonie familiale. Vos invités aussi s'y sentiront bien.
- Si la pièce est très grande, elle doit être divisée en plu-

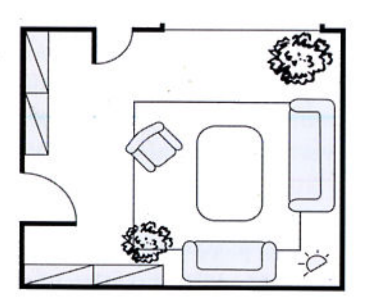
sieurs parties à l'aide de grandes plantes ou de séparations, car dans une pièce trop vaste, le Chi peut se perdre. Si la pièce est très petite, elle ne doit contenir, si possible, que quelques meubles clairs et bas.

● Les appareils tels que les téléviseurs et les chaînes stéréo renforcent l'activité et le dynamisme de la pièce. De grandes plantes apportent également de la vitalité.

Le canapé

● Aménagez votre salon de façon à ce que le siège le plus important s'adosse contre un mur sans ouverture et que les personnes assises aient une vue agréable. Si possible, ce siège doit être tourné du côté du jardin ou d'un balcon fleuri, car cela donne de la profondeur et de la vitalité.

● Si toutefois le canapé se trouve au milieu de la pièce, votre dos est « ouvert ». Dans ce cas, placez derrière vous une grande plante d'appartement, une lampe, une séparation ou un autre objet du même genre.

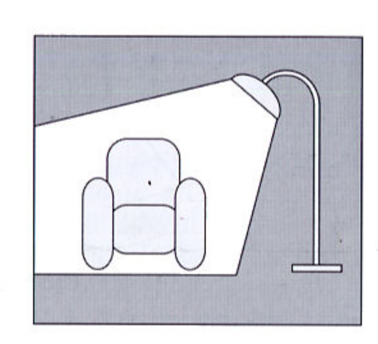


● Les fauteuils expriment une tendance à l'individualité, alors que des canapés larges et profonds indiquent que vous avez de la place pour plus d'une personne (donc pour plus d'une opinion) dans votre monde.

L'éclairage et le chauffage

● Il est particulièrement important que l'éclairage de cette pièce soit modulable et agréable. Pour que vous puissiez, selon le cas, voir les choses de façon plus claire et plus objective (lumière vive) ou créer une atmosphère intime (lumière tamisée), plusieurs sources d'éclairage doivent être disponibles. Une suspension peut être remplacée par des appliques, des lampadaires et des systèmes d'éclairage indirect. Pensez aussi qu'une pièce trop sombre peut entraîner un blocage d'énergie (cf. p. 61).

● Pour permettre à une ou plusieurs personnes assises de lire, les luminaires les plus appropriés sont les lampes de bureau et les lampadaires diffusant une lumière directe, pas trop



forte et de côté. Le cercle de lumière ne doit pas être trop étroit, sans quoi le contraste lumineux entre le livre et l'environnement sera trop fort.

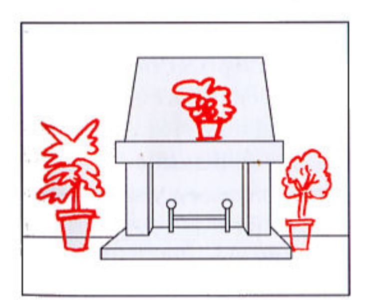
● Les vitres et les portes-fenêtres représentent de grandes ouvertures et donc des sas d'énergie entre l'intérieur et l'extérieur.

Pour stabiliser et neutraliser l'énergie, il est utile, ici, de suspendre près des fenêtres des cristaux arc-en-ciel, des images ou des carillons. Des plantes placées près des fenêtres pour servir de « gardiens » contribuent également à créer une atmosphère calme et équilibrée.

● De telles mesures sont également particulièrement indiquées pour les vérandas et leurs larges surfaces vitrées. Toutefois, il faut également prévoir une bonne isolation, à la fois contre les rayons du soleil et la perte de chaleur en hiver.

● Les poêles en carreaux de faïence et les cheminées créent

une ambiance agréable. Toutefois, ils ne doivent être présents dans une maison que si vous avez l'intention de les utiliser régulièrement, sans quoi ils bloquent inutilement l'espace et l'énergie du Chi est continuellement aspirée hors de la maison par le conduit d'évacuation de la fumée. Si vous êtes confronté à ce problème, placez deux objets lourds de chaque côté de la cheminée pour l'équilibrer. Vous pouvez également utiliser trois plantes saines (une à gauche, une à droite et une sur le rebord de la cheminée) ou un miroir fixé au mur.



● Les couleurs idéales pour le salon sont les tons jaunes, ocre, crème, beiges, pastel chaud, mais aussi vert clair ou bleu clair.

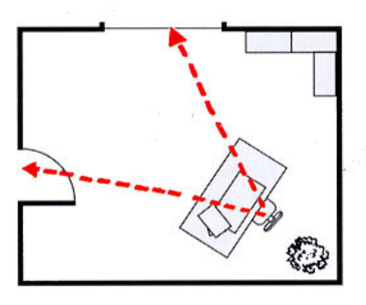
Le lieu de travail, un espace de créativité

Bourreaux de travail, voici une bonne nouvelle : pour vous aussi, le Feng Shui peut se révéler utile, que vous travailliez chez vous ou à l'extérieur.

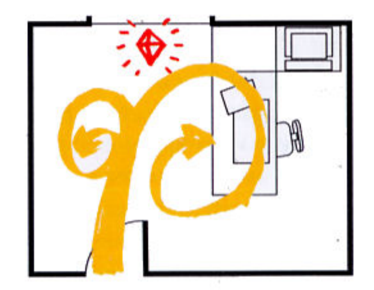
L'espace et le mobilier

● La pièce que vous choisirez pour en faire votre bureau à domicile ne doit pas se trouver juste à côté de l'entrée (cf. p. 78), sans quoi elle attirera trop d'attention et d'énergie et vous aurez du mal à faire abstraction du travail pour jouir de votre vie privée. Si vous êtes confronté à ce problème, déviez délibérément la circulation de l'énergie en la faisant passer devant la porte de votre bureau. Faites appel à votre imagination : il suffit parfois de disposer un tapis en travers ou d'afficher une belle image qui détourne l'attention. Un cristal arc-en-ciel placé entre l'entrée et le bureau peut également permettre de détourner le Chi de la pièce de travail. Enfin, autant que possible, la porte du bureau doit rester fermée.

● Disposez les meubles de façon à pouvoir vous asseoir dans l'espace-force de la pièce (cf. p. 58).



Vous ne pas devez vous asseoir juste devant la fenêtre, car cela vous distrairait et dissiperait votre Chi, ni juste en face d'un mur, car cela pourrait créer une barrière (psychologique).
S'il se produit un courant d'air entre la porte et la fenêtre — dans lequel le bureau ne doit pas être situé — un cristal arc-en-ciel placé près de la fenêtre permet, par ses reflets, de renvoyer le Chi dans la pièce.



● L'espace derrière vous repré-

sente votre passé. Il doit être clos ; aussi le mur situé derrière vous doit-il, dans l'idéal, rester libre, c'est-à-dire ne présenter ni images, ni dossiers, ni miroir.

La table de travail

● La table de travail doit être aussi dégagée et rangée que possible. Les hommes et femmes d'affaires qui rencontrent le plus de succès ont tous des bureaux bien rangés, bien qu'ils aient beaucoup à faire.
Personne ne peut faire des dizaines de choses en même temps, mais d'immenses piles de travail à faire ne font que nous détourner de l'essentiel. Rangez votre bureau, et vous verrez combien vous vous sentirez libéré. Toutefois, pour être en mesure de le faire, vous devez disposer d'un nombre suffisant d'étagères et de placards à portée de main, ainsi que d'un système d'archivage bien pensé.

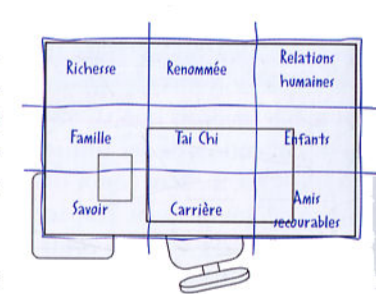
● Choisir la forme de votre bureau en fonction de votre activité peut vous apporter beaucoup. Pour les personnes aux activités essentiellement créatives ou liées à la communication, un bureau rond ou ovale est idéal — en particulier pour les séances de brainstorming. En revanche, les activités faisant appel au « cerveau gauche », à la pensée linéaire et analytique, comme la comptabilité, se passeront mieux sur de simples bureaux rectangulaires.

● Ni le blanc, ni le noir ne sont de bonnes couleurs pour un bureau. En effet, le premier ne présente aucun contraste avec le papier blanc, tandis que le second présente un contraste trop marqué. Les bureaux en verre, quant à eux, peuvent entraîner instabilité et désordre.

● Veillez à ce que votre bureau ne soit pas directement éclairé par la lumière du soleil. Cela amoindrirait votre capacité de concentration et vous fatiguerait prématurément.

● Si, lorsque vous écrivez (si vous êtes droitier), la lumière tombe sur votre bureau depuis la gauche, aucun reflet, aucune ombre perturbatrice ne peut apparaître. Vous devez toujours avoir une lampe de bureau à portée de main.

● Le découpage des zones du Pa Kua se retrouve sur le bureau. L'endroit où vous êtes assis est le secteur de la « carrière » ; l'espace au bout à gauche est le secteur de la « richesse ». Si celui-ci est occupé par des factures impayées, du travail à faire ou du courrier en



souffrance, vous devez agir. Pour s'installer, la prospérité a besoin de place. Aussi, laissez toujours libre le coin « richesse » de votre bureau, ou placez-y une coupe évasée.

● Volumineux, l'ordinateur occupe souvent une grande partie de la table de travail et, par conséquent, du Pa Kua de votre bureau. Les experts en Feng Shui recommandent donc de le placer sur une table individuelle située sur le côté, ou au moins de placer le moniteur sur un bras mobile.

● L'emplacement du téléphone sur votre bureau peut être choisi en fonction de l'importance de cet appareil pour votre activité. Le fil du téléphone ne doit pas traverser la table, sans quoi il vous gênera dans votre travail. Si vous exercez une activité très tournée vers l'extérieur, comme la prise en charge de la clientèle, le téléphone peut être placé dans la zone « relations humaines » ou « amis secourables » (voir schéma ci-des-

sus). Si le téléphone joue un rôle déterminant pour votre revenu, vous pouvez opter pour la zone « richesse ».

Une pièce réservée aux invités ?

Les invités apportent un nouvel élan et un brin de « différence » dans votre vie. Cela peut représenter un grand enrichissement et parfois ouvrir des portes sur de nouveaux horizons. Toutefois, si votre appartement est petit, je ne peux que vous déconseiller de laisser une pièce libre sous le prétexte que « quelqu'un viendra peut-être vous rendre visite en décembre ».

- Comme toute autre pièce de votre maison, la chambre d'amis doit être régulièrement utilisée (cf. p. 54).
- Ne laissez pas votre chambre d'amis se transformer en un débarras où aboutit tout ce qui n'a pas trouvé de place ailleurs. Elle se prête également mal au stockage du linge à repasser.
- Regardez dans quel secteur du Pa Kua se trouve votre chambre d'amis, et vous verrez quel aspect de votre vie est fortement marqué par l'opinion d'autrui (donc du monde extérieur). La chambre d'amis est souvent située dans le secteur de la « renommée ».

Une pièce à soi

Tout le monde a besoin d'une sphère privée, protégée. Toutefois, le désir de quelques mètres carrés à soi, où l'on peut se permettre un certain désordre, est trop souvent contrarié. Une pièce à soi, aussi petite soit-elle, peut aider à retrouver son équilibre et à se reposer des soucis du quotidien. Pouvoir s'accorder quelques minutes de calme est particulièrement important pour les mères d'enfants en bas âge et pour tous ceux dont le métier ou les travaux ménagers sont éprouvants.

Les enfants peuvent être élevés de façon à laisser leurs parents tranquilles un certain temps. Cela développe leur autonomie et les oblige à se rendre compte que leur mère et leur père aussi ont parfois besoin de repos.

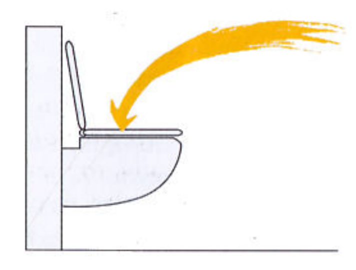
- Une pièce à soi doit avoir un caractère vraiment privé ; aussi, dans la mesure du possible, ne doit-elle pas être utilisée pour les tâches ménagères telles que le repassage ou le lavage du linge.
- Aménagez cette pièce selon vos propres goûts, de façon à pouvoir vous y détendre au mieux. Vous pouvez aussi oser y exposer les objets et les images qui expriment votre moi le plus profond, ce qui est souvent impossible dans l'espace occupé par l'ensemble de la famille.
- Si vous avez un hobby, c'est ici que vous pourrez vous y adonner. Vous pourrez laisser traîner de la peinture, des pinceaux ou des outils sans déranger personne ; vous serez donc mieux à même de profiter des petits moments creux pour faire quelque chose qui vous plaît.
- Une pièce à soi est un endroit particulièrement propice à la méditation, cette activité se déroulant au mieux dans un espace « privé » où règnent silence et recueillement.
- Si votre bureau à domicile est votre pièce privée, créez-y un petit espace protégé. Celui-ci vous rappellera en permanence que la vie ne se résume pas au travail. Après un petit séjour relaxant dans un fauteuil ou sur un pouf, vous travaillerez avec beaucoup plus d'efficacité.

Les sanitaires : des pièces à problèmes

Les pièces humides sont probablement celles qui posent le plus de problèmes dans une maison. L'Élément Eau y est très actif et quitte la maison plus sale qu'il n'est entré.

Espace et énergie

Si ces pièces sont mal situées, les vibrations des eaux sales peuvent entrer en résonance avec les occupants de la maison et entraîner des problèmes de santé ou des difficultés financières.



- Si la salle de bains et les toilettes se trouvent juste à côté de l'entrée de la maison, le Chi, à peine entré, repart par le conduit d'évacuation des eaux usées.

Il est préférable que ces pièces soient situées à la fin du trajet de l'énergie, donc aussi loin que possible de l'entrée, de façon à ce que seul le Chi utilisé s'échappe.

- Fermez toujours la porte des toilettes et rabattez systématiquement le couvercle de la cuvette des w.-c.
- Si vous « scellez » les portes à l'extérieur au moyen d'un miroir ou d'un autre objet réfléchissant, cela contribue davantage encore à la stabilité et à la santé.
- Si la salle de bains se trouve juste à côté de la chambre à coucher, l'Élément Eau pénètre dans la chambre trop brutalement et perturbe le Chi des personnes endormies, ce qui peut nuire à leur repos et à leur santé.

Une porte reliant directement la salle de bains et la chambre est particulièrement malvenue ; une penderie servant de sas entre les deux pièces peut être utilisée comme tampon. Il est préférable d'entrer dans la salle de bains par le couloir.

Veillez à ce que la tête de votre lit soit placée contre un autre mur que celui par lequel passe le conduit d'évacuation des eaux usées, ou éloignez votre lit de ce mur. Il est également opportun de procéder à une isolation du mur.

L'éclairage et les couleurs

- Les sanitaires doivent toujours avoir une fenêtre — principe fondamental à respecter pour toute construction nouvelle. Si ce n'est pas possible, l'intérieur de la pièce concernée doit être renforcé sur le plan énergétique. Une lumière vive, des couleurs agréables, un cristal arc-en-ciel (efficace même sans soleil s'il est nettoyé régulièrement), un mobile ou une spirale d'ADN aident à mettre en valeur la pièce affaiblie.
- Veillez à ce que le miroir de la salle de bains soit suffisamment grand (cf. p. 64). Les lampes ne doivent en aucun cas éblouir ou projeter des ombres sur le miroir. De plus, la lumière doit toujours être d'un blanc chaud. Enfin, le visage sera éclairé de façon bien plus équilibrée et avantageuse si les lampes se trouvent des deux côtés du miroir.
- Les couleurs indiquées pour la salle de bains et les toilettes sont des combinaisons de blanc et de noir associés à des serviettes de toilette de couleurs vives, ou encore le rose et les autres tons pastel, ainsi que de petites touches de couleurs froides comme le vert ou le bleu turquoise.

Les escaliers, conducteurs de Chi

Les escaliers sont les liens entre les différents étages ; aussi doivent-ils être larges et faciliter la circulation de l'énergie. Les escaliers trop étroits étranglent le Chi des étages supérieurs.

● Un escalier situé juste en face de l'entrée de la maison entraîne une déperdition de Chi. Un cristal arc-en-ciel ou un carillon permet de remédier au problème.

● L'éclairage est très important. Un escalier est bien éclairé lorsqu'on distingue nettement la clarté des surfaces horizontales de celle des surfaces verticales. Les ombres sont à éviter, car elles font trébucher.

Si l'escalier est grand, plusieurs lampes sont nécessaires. En règle générale, on fixe une lampe en bas de l'escalier puis une autre à chaque palier.

● Des images peuvent aider à diriger le flux d'énergie. Choisissez des symboles d'ascension (parallèles à l'escalier).

● Les escaliers en colimaçon doivent être neutralisés sur le plan énergétique. À cette fin, vous pouvez suspendre une lampe au plafond juste au-dessus de l'escalier et placer à son pied une plante en bonne santé qui guidera le Chi vers le haut.

Les débarras : des zones d'encombrement

Tous ce qui est stocké est de la matière figée et mène inévitablement, à partir d'un certain degré d'accumulation, à des blocages.

● La surface occupée par les débarras et les armoires ne doit représenter qu'un espace minime par rapport au reste de la maison. Cela vous oblige à vous débarrasser immédiatement du superflu. De la même façon qu'un corps se libère de ses toxines, débarrassez-vous de tout poids inutile au lieu de le laisser s'accumuler. Cela vous donnera de la vitalité et vous aidera à rester en forme. Votre vie sera plus simple et vous serez confronté à moins de blocages et d'obstacles.

● Un bon espace de rangement ne doit contenir que des choses vraiment essentielles et ne doit pas être trop rempli.

● L'éclairage doit diffuser une lumière vive, même s'il n'est pas utilisé souvent. La lumière aide à remettre en mouvement le Chi stagnant.

● Enfin, un mobile ou une spirale d'ADN peut améliorer encore la circulation de l'énergie.

La cave, « royaume des ombres »

Il est parfois étonnant de voir combien d'objets inutiles sont accumulés dans la plupart des caves ou des greniers. Beaucoup de personnes ont un appartement très propre et bien rangé, mais entassent tout ce qu'elles peuvent dans le grenier et la cave. De nombreux participants à mes séminaires témoignent qu'il est extrêmement difficile de ranger ces espaces, souvent très chargés sur le plan émotionnel. Cela s'explique par le fait que la cave représente l'inconscient et que le grenier symbolise le passé dont vous n'arrivez pas à vous défaire.

● Donnez-vous du temps, mais travaillez régulièrement à mettre de l'ordre dans le passé ainsi accumulé. Bonne chance !

Index

Index

Index

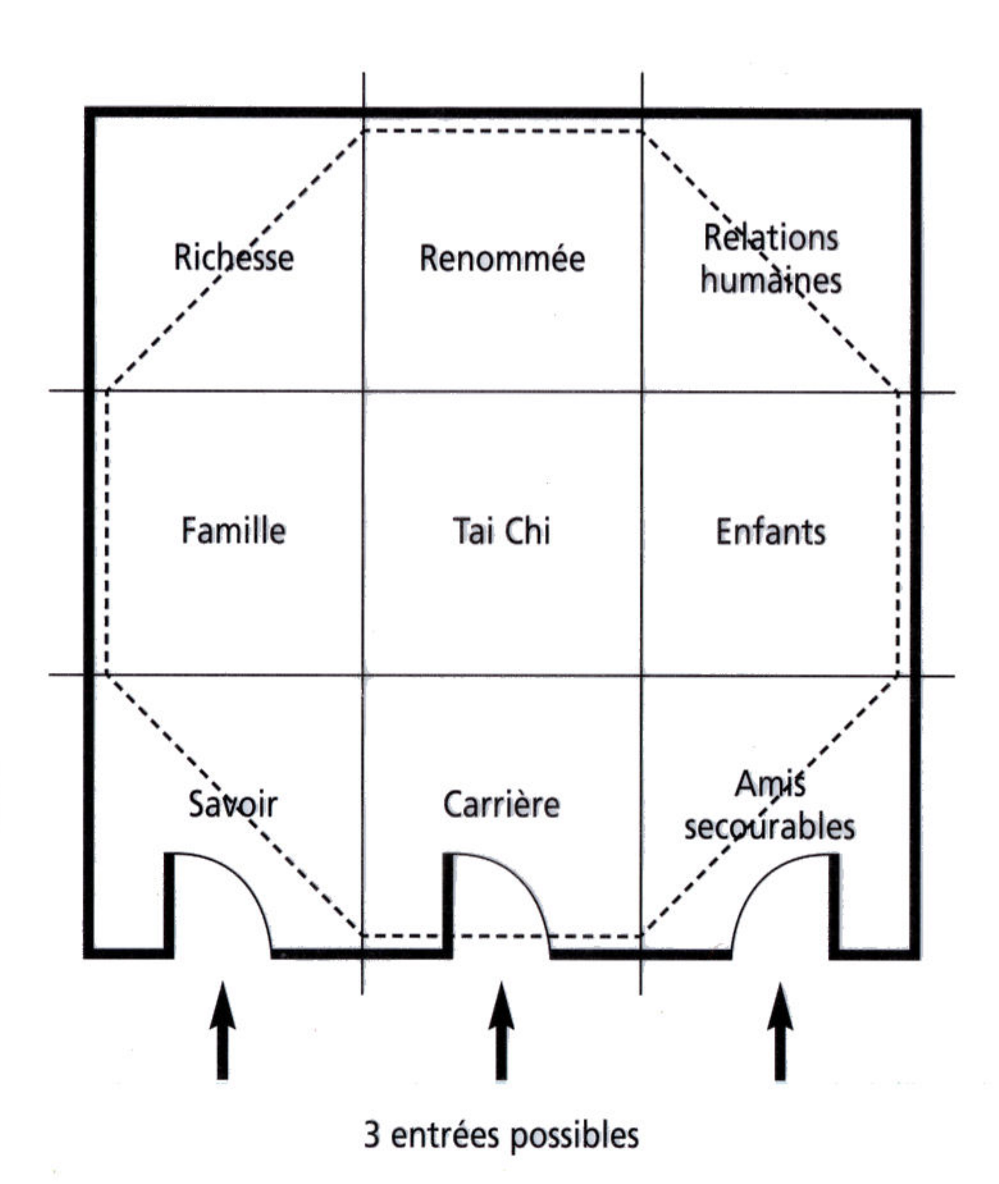
Index

Crédits Iconographiques :
Illustrations : Martin Scharf.
Photographies : Bavaria/Nikko F. couv. haut gauche, p. 69 ; Zeyko, Küchen p. 57 ; Jalag cou gauche (Wult Brackrock), p. 3, 72-73 ; Mauritius/Vidler p. 2, 6-7 ; Ingeborg Tschakert p. 51 ; Gi Sator p. 11, 66 ; Reiner Schmitz, styling Jeanette Heerwagen couv. (3), 4e de couv., p. 20-21, 64, 65, 70 ; Tony Stone/Tom Till p. 9 ; Friedrich Strauß p. 62.

Traduction française de Isabelle Foulon.

Dépôt légal : janvier 2005 - ISBN 2-7114-1429-9
Imprimé en Belgique par la SNEL Grafics sa en janvier 2005 – 33461

Pa Kua


Richesse
Renommée
Relations humaines
Famille
Tai Chi
Enfants
Savoir
Carrière
Amis secourables
3 entrées possibles



L'art chinois de l'habitat sain

- Le Feng Shui simple et pratique : à l'aide de questionnaires, vous testez les pièces de votre maison et vous évaluez la qualité de votre cadre de vie.
- Le Pa Kua inclus, à superposer au plan de votre appartement ou de vos différentes pièces, vous permet de les subdiviser en neuf secteurs de vie et de visualiser les flux d'énergie.
- Des illustrations vous aident à faire les bons choix et à disposer meubles et plantes de façon optimale.
- Couleurs, images et carillons sont autant de solutions simples pour stimuler votre espace de vie.

VIGOT